

TSVÖ/CMAS 1* Star Free Diver

Freitauchen – die natürlichste Form zu tauchen. Ohne technischer Hilfsmittel, nur mit Flossen, Maske, Schnorchel und einem tiefen Atemzug die Unterwasserwelt erkunden und sich wie ein Fisch lautlos im dreidimensionalen Raum bewegen. Das ist die Faszination des Freitauchens.

In dieser Ausbildung werden theoretische und praktische Freitauchkenntnisse mit besonderem Augenmerk auf Sicherheitstechniken in den Disziplinen Zeittauchen, Streckentauchen und Tieftauchen vermittelt. Mit guter Ausbildung und der richtigen Technik sind gesteckte Ziel leicht zu erreichen.

Voraussetzungen:

- ✓ Gute Schwimmkenntnisse
- ✓ vollendetes 14. Lebensjahr
- ✓ Gültiges ärztliches Attest betreffend des Nachweises der „Tauchtauglichkeit“
- ✓ Mitgliedschaft beim TSVÖ für das aktuelle Kalenderjahr

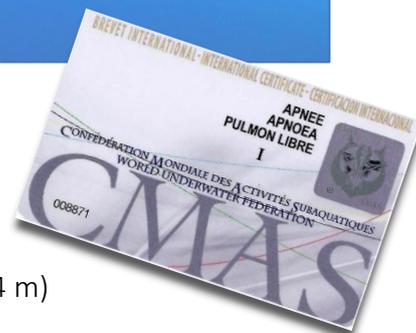
Ausbildungsumfang:

- Theorieausbildung mit Theorieprüfung
- Atem- und Entspannungstechniken
- Statische Apnoe (Zeittauchen)
- Streckentauchen (Dynamik)
- Tauchtechniken, Abtauchtechnik
- Sicherheitstechniken, Tauchgangsplanung
- Tieftauchen an der Boje
- Bergen und Retten eines Freitauchers



Kursziel Freitauchen*:

- Statik (Zeittauchen): 1 min. 30 sec.
- Dynamik (Streckentauchen): 25 m
- Tieftauchen: 10 m (8 m - See)
- Bergen eines bewußtlosen Freitauchers aus halber Tauchtiefe (5 m/4 m) und retten zum Ufer



Kurstermine:

- | | | |
|----------------------|---------------------|---|
| 15. u. 16. Aug. 2025 | 09:00 – 17:00 Uhr – | Praxis Pool + Theorie im Freibad Wieselburg |
| 17. Aug. 2025 | 09:00 – 17:00 Uhr – | Praxis am Lunzer See oder Erlaufsee |

Mitzubringen:

Neoprenanzug, ABC Ausrüstung, Bleigurt, Matte oder Decke für Atemübungen
bequeme Kleidung

Kurskosten:

€ 220,-- für TSVÖ Mitglieder, inkl. Brevetierung, Lehrunterlage
Anmeldeschluss: 1. Aug. 2025 mit Einzahlung der Kurskosten aufs Klubkonto

Kursleitung:

Marianne WENIGHOFER CMAS/TSVÖ Freedivinginstructor***

☎ 0664 / 890 25 00 Mail: m.wenighofer@tauchklub-nautilus.at