

Stress & Rescue

Allgemein

Der Kurs Stress & Rescue / Tauchsicherheit und Rettung bereitet Dich darauf vor, Tauchnotfälle zu vermeiden, frühzeitig zu erkennen, und, falls erforderlich, mithilfe verschiedener Techniken zu bewältigen. Die im Kurs erlernten Fertigkeiten werden Dein Selbstvertrauen als Taucher erweitern und Dich auf die nächsten Schritte zum Master Diver oder zum Dive Leader vorbereiten. Das Thema ist zwar ernst, aber das Training macht Spaß und erhöht die Sicherheit beim Tauchen.

Inhalt

- Stresserkennung bei Tauchern
 - Was ist Stress?
 - Wodurch entsteht Stress?
 - Auswirkungen von Stress auf den Taucher
- Problemmanagement
 - Erkennen und Bewältigen eines Zwischenfalls oder einer Notsituation beim Tauchen
- Tauchnotfälle richtig meistern:
 - Selbstrettung
 - Erkennen von Rettungssituationen
 - Hilfeleistung im und außerhalb des Wassers
- Notfallausrüstung für Taucher
 - Erste-Hilfe-Kit
 - Notfall-Sauerstoff
 - AED/ Defibrillator

Voraussetzungen

- Nachweis der Tauchtauglichkeit (z.B. ärztliches Attest oder Selbstauskunft)
- min. 15 Jahre alt
- AOWD oder äquivalent
- EFR/ HLW-Kurs oder äquivalent (kann gegen Aufpreis auch in den Kurs eingebaut werden)

Termin & Dauer

- 2 Tage nach Vereinbarung (z.B. Samstag und Sonntag)
- 5 Theorielektionen (Selbststudium und/ oder Theorieunterricht)
- 2 Schwimmbadlektionen (evtl. im See - Flaches Wasser)
- 4 Tauchgänge im Freiwasser

Teilnahme- Kursgebühr:

€ 415,00

(zuzüglich Tauchschein/ Brevetkarte, Lehrmaterial **und Mietgebühr für Tauchausrüstung falls nichts vorhanden**)

Tauchkurse am Bodensee seit 1982