



## DTSA Apnoe Pool\*\* / GDL Freediving Indoor\*\*

### Kursziel:

Der Bewerber soll in Theorie und Praxis mit den Grundlagen für das fortgeschrittene Apnoetauchen vertraut gemacht werden.

### Voraussetzungen:

- 14 Jahre (bei Minderjährigen ist die Einverständniserklärung der Personensorgeberechtigten erforderlich)
- Empfehlung: Bei Minderjährigen sollte eine Dokumentation des Aufklärungsgespräches erfolgen
- Gültige Tauchsportärztliche Untersuchung
- **Ausbildungsstufe:** DTSA Apnoe Pool\*; ersatzweise genügt DTSA\* oder eine vergleichbare Qualifikation entsprechend der VDST-Crossover-Liste
- Anzahl der Pflichttauchgänge: 10 Hallenbadeinheiten Streckentauchen seit dem Logbucheintrag „DTSA Apnoe Pool“ beendet oder DTSA\*
- AK Apnoe 1
- AK HLW, nicht älter als 1 Jahr

### Theoretischer Teil:

Grundlagen für das fortgeschrittene Apnoetauchens inklusive Sicherung

Prüfung: VDST-Fragebogen

### Praktischer Teil - Übungen & Übungstauchgänge (mit Apnoe-Ausrüstung):

01. 2:30 min Zeittauchen mit aktiver Sicherung
02. 50 Meter Streckentauchen mit aktiver Sicherung (hier müssten wir eine Bahn anfragen)
03. Demonstration der vorschriftsmäßigen Sicherung beim Zeit- und Streckentauchen
04. 40 Minuten unter Zurücklegung einer Strecke von wenigstens 1000 Metern, davon je 10 Minuten in Brustlage, Seitenlage, Rückenlage und mit einer Flosse oder der Nachweis des Leistungsabzeichens Flossenschwimmen in Silber nicht älter als 15 Monate
05. Retten eines Apnoetauchers bei Strecktauchen an die Wasseroberfläche, Transport und Sicherung am Beckenrand, 50 Meter Transportschwimmen mit Demonstration von 2 Transporttechniken.

### Beurkundung:

Offizieller Einkleber für den VDST-Taucherpass, sowie ein digitales Brevet in der VDST-App

**(Anmerkung: VDST App installieren**, falls noch nicht geschehen – dafür braucht Ihr Eure beim VDST hinterlegte E-Mail-Adresse und Eure VDST Mitgliedsnummer)



**Termine:**

Theorie:

02.05.2026 im Anschluss an das Training – Dauer ca. 2 Stunden + anschließende Prüfung

Praxis:

1. Trainingseinheit: 02.05.2026
2. Trainingseinheit: 04.05.2026
3. Trainingseinheit: 11.05.2026
4. Trainingseinheit: 15.05.2026 (das müssen wir noch genau klären, da hier der Wechsel von Hallenbad ins Freibad stattfindet)
5. Trainingseinheit: 18.05.2026
6. Trainingseinheit: 22.05.2026
7. Trainingseinheit: 12.06.2026
8. Trainingseinheit: 15.06.2026
9. Abnahme: 19.06.2026

**Kosten:**

40,00 €

**Anmerkung:**

- Die Kurskommunikation erfolgt ausschließlich über WhatsApp.
- Die An- und Abreise zu unseren Kursen und Ausflügen erfolgt auf eigene Kosten und Verantwortung – wir unterstützen aber gerne bei der Bildung von Fahrgemeinschaften

**Anmeldung:**

**Der Anmeldeschluss ist der 01.05.2026**

Per E-Mail: [anja@manier-angermair.de](mailto:anja@manier-angermair.de)

Per WhatsApp: 0175/5964583

**Angaben bei der Anmeldung:**

- Ich melde mich für den DTSA Apnoe Pool\*\* an
- Ich habe 10 Pflichttauchgänge – Hallenbad Streckentauchen seit dem Logbucheintrag DTSA Apnoe Pool\* ► bitte eine Kopie des Logbuches mitschicken
- Ich habe den AK Apnoe 1 ► bitte Kopie des Brevets mitschicken
- Ich habe den AK HLW, nicht älter als ein Jahr ► bitte Kopie des Brevets mitschicken
- Ich benötige noch ein Apnoe-Logbuch – zusätzliche Kosten: 5,00 €



SCHWIMMCLUB 53  
LANDSHUT

TAUCHEN

**Die Kursgebühr (und ggf. die Gebühr für das Logbuch) ist mit Anmeldung auf folgendes Konto zu überweisen:**

Anja Angermair

Sparkasse Landshut

IBAN DE62 7435 0000 0020 1681 19

BIC: BYLADEM1LAH