

Lehrgang Schnorchelschwimmen

Seminarbeschreibung:

Im Verlauf dieser Ausbildung werden die Teilnehmer Kenntnisse über

- die Grundausrüstung
- die Gefahren beim Schnorcheln
- die Gefahren an Küstengewässern
- die Schnorchelschwimmtechniken

erwerben.

Inhalte:

Die theoretische Ausbildung enthält wichtige Hinweise zu Gefahren beim Schnorcheln und an Küstengewässern. Es werden unter anderem Kenntnisse über Wasserdruck, Wassertemperatur, Atmung, Überatmung, Pendelatmung, Grundausrüstung sowie Ursachen und Anzeichen für Verletzungen des Mittelohres und der Schädelhöhlen vermittelt.

Die praktische Ausbildung umfasst u.a. das Schwimmen mit Flossen, Maske und Schnorcheln, das Ausblasen der Maske, das Abtauchen und das Abschleppen einer Person mit Flossen.

Zielgruppe:

Wasserratten ab 8 Jahre

Zugangsvoraussetzungen:

- 400 m Schwimmen, davon 300 m in Bauch- und 100 m in Rückenlage
- 2 m Tieftauchen von der Wasseroberfläche mit Heraufholen eines Gegenstandes

Eine ärztliche Untersuchung zur Überprüfung der Eignung zum Tauchen wird empfohlen.

► Buchungsinformationen:

Termine:

Theorie

25.01.2020 um 09.00 Uhr bis 15.30 Uhr

Praxis

immer donnerstags in den jeweiligen Gruppen

09.01.-12.03.2020

um 15:45 bis 17:00 und um 17:45 bis 19:00 Uhr

Zeitungfang:

6 UE

Theorie

9 UE

Praxis

Veranstaltungsort:

Theorie

DRK, Grüne Aue 6, 14776 Brandenburg

Praxis

Marienbad, Sprengelstr. 1, 14770 Brandenburg

Kosten:

Teilnehmer DRK KV BRB Kostenlos

Externe Teilnehmer 20,00 €

Selbstverpflegung

Anmeldeschluss:

17.01.2020

Teilnehmerzahl:

mindestens 10 TN

maximal 20 TN

Ansprechpartner:

Nicole Kreißig

Tel.: 03381-630627

nicole.kreissig@drk-brandenburg-havel.de

DRK Kreisverband Brandenburg/Havel e.V.

Grüne Aue 6

14776 Brandenburg