



Informationen



PST Trier, Abteilung Tauchen

Ausbildungsleitung

Aus- und Fortbildung Spezialkurs/Aufbaukurs **Freediving Level 2**

Liebe Tauchfreunde,

hiermit schreiben wir den Spezialkurs **Freediving Level 2** als Aus- und Fortbildung für Taucher aus. Dieser Kurs bietet eine Einführung in die Meerkunde und die Ozeane mit den grundsätzlichen Themen:

- **Trainingsmethoden (konventionelle Methoden, mentale Übungen)**
- **Atem-Entspannungstechnik**
- **Freediving-Sicherheitsregeln**
- **Medizin (Atemtechnik, Blackout, Druckausgleich, Barotraumen, Rettungskette usw.)**
- **Tauchphysik**
- **Praxis/Sicherungstechnik**

Tauchlehrer: Michael Thiel

Verband: IAC

Wann: **Theorie:** Sa, 14.05.2022 um 10:00 Uhr (bis ca. 15 Uhr)
Praxis: Eigenständiges Training zu den üblichen Zeiten
Abschluss Tieftauchen in „d´Coque“
oder Siegburg (D4L)

Wo: Clubraum PST, Ausoniusstr. 5, Trier

Teilnahmevoraussetzungen: Freediving Level 1, 16 Jahre (mit Einverständnis der Erziehungsberechtigten), nachgewiesene Schwimmfähigkeit, gültige Tauchtauglichkeitsuntersuchung (nicht älter als ein Jahr!)

Mitzubringen sind: Iso-Matte/Yoga-Matte, ggf. Kaltgetränk/Snack, Kugelschreiber/Block

Anmeldeschluss: 17.04.2022

Anmeldung an: michael@nautico-divers.de
(Nur mit dem beiliegenden Anmeldeformular!)

Seminargebühren: Für PST Mitglieder: 85 Euro
Kombination Level1 und Level 2: 130 Euro

Mit freundlichem Gruß

Michael T.