

Praxisausbildung Forschungstauchen Schwimmhallenausbildung (mind. 20h)

S1: Konditions-, Schwimm- und Apnoeübungen

S1.1 100m ohne ABC (Ziel <1:50)

S1.2 1000m mit ABC (Ziel < 18:00)

S1.3 Druckausgleich mittels Valsalva

S1.4 Streckentauchen (Ziel: 50m)

S1.5 1min Apnoe in 4,5m Tiefe kombiniert mit 3 Knoten (Achtknoten, Pahl- und Webleinsteg)

S2: Technische Übungen mit ABC

S2.1 Maske in Apnoe unter Wasser ab-, wiederaufsetzen und ausblasen

S2.2 ABC Ausrüstung in 4,5m Tiefe vollständig ablegen und nach erneutem Antauchen wieder Anziehen

S2.3 Streckentauchen in Apnoe ohne Maske

S2.4 Wechselatmung mit Partner an der Wasseroberfläche

S2.5 Schwimmen mit einer / zwei Flosse(n) in verschiedenen Lagen (Rücken, Brust, Seite)

S3: Wiederholung der Schwimmhallenübungen für Rettungsschwimmer Silber insbesondere Retten und Bergen einer verunfallten Person

S4: Übungen mit Druckluft-Tauchgerät (DTG) und Rettungs- und Tarierweste (RTW)

S4.1 Gewöhnungstauchen mit und ohne Maske

S4.2 Austarieren

S4.3 Regler aus dem Mund nehmen, fallenlassen, wieder Angeln, in den Mund nehmen und normal weiter Atmen

S4.4 DTG aus unterschiedlicher Entfernung mit und ohne ABC Antauchen, vollständig Anziehen, kurze Strecke Tauchen, DTG wieder Ablegen, zum Startpunkt zurücktauchen (das kombinieren mit Partner und Vollgesichtsmaske)

S4.5 Wechselatmung am Ort und bei ständiger Fortbewegung

S4.6 Diverse DTG-Übungen mit Partner

S4.7 Tauchen mit verschiedenen Vollgesichtsmasken

S4.8 Suchen und Tauchen nach Leinenzugsignalen mit blinder Maske

S4.9 Tauchen mit Signalleine und Ziel suchen mit blinder Maske

S4.10 Erste Hebesackübungen

S4.11 Montieren und Schrauben mit dicken Handschuhen

Freiwasserausbildung (Summe ca. 140h)

- bei Vollausbildung mind. 70 Tauchgänge (davon 10 in Tiefen von 15-25m und 5 in Tiefen >25m)
- 30 Freiwasserstunden: Taucherdienst (Rettungstaucher, Signalmann, Taucheinsatzleiter, Kompressoren Dienst, kleinere Reparaturen und Wartungsarbeiten)

Komplex 1: Gewöhnungstauchen

- 1.1 Trieren, Bodenabstand halten (1m) ohne Sediment aufwirbeln
- 1.2 Erkundung und ggf. Beräumung der Einstiegsstelle
- 1.3 Absuchen eines Bodenareals (Sektorsuche)
- 1.4 Tauchen nach Leinenrichtungssignalen, Antauchen eines Zieles ohne Kompass
- 1.5 Tauchen mit Blubb und Bootssicherung mit/ohne Buddy an Verbindungsleine
- 1.6 Kommunikation mit Schallsignalen
- 1.7 Tauchen mit Handleine, Buddy und Blubb
- 1.8 Tauchen mit Signalleine, Buddy und Handleine
- 1.9 Bereinigen einer „Kopfstandmisere“
- 1.10 Aufstieg ohne Maske und/oder Wechseln von Vollmaske auf Halbmaske oder ohne Maske und Octopus
- 1.11 Langstreckenschwimmen in kompletter Ausrüstung (1km / 50min)
- 1.12 Setzen einer Markierungsboje vor / beim Austauchen

Komplex 2:
Einfache technische Unterwasserarbeiten

- 2.1 Ausbringen von Markierungsbojen
- 2.2 Durchsägen eines Eisenrohres
- 2.3 Durchmeiseln eines Stahlstropfs
- 2.4 Bau eines Holzkreuzes ohne Nägel
- 2.5 Aufschrauben von Muttern
- 2.6 Anschlagen einer Stahlflasche mit Zimmermannstek und Kopfschlag
- 2.7 diverse UW-Knoten
- 2.8 Arbeiten mit einer Transsekte; UW-Zeichnen und Skizzieren
- 2.9 UW-Montgearbeiten

Komplex 3: Umgang mit technischen Hilfseinrichtungen

- 3.1 Sedimentprobennahme mit Stechrohr im flachen und tiefen Wasser
- 3.2 Arbeiten mit einem Hebemittel (Hebesack / Auftriebsblase)
- 3.3 Richtungsschwimmen mit Kompass
- 3.4 Dreiecks-Kursschwimmen mit Kompass
- 3.5 Benutzung eines (UW-) GPS (Routing, Tracking, Wegpunktmarkierung)
- 3.6 UW-Vermessungen (Bandmaß)
- 3.7 UW-Vermessung mit Impeller und Eichkurve und Vgl. mit 3.7
- 3.8 Benutzung eines UW-Telefons
- 3.9 UW-Fotografie
- 3.10 UW-Videografie
- 3.11 Georeferenzierung von Daten
- 3.12 Verwendung eines Scooters

Komplex 4: Rettungs- und Sicherheitsübungen

- 4.1 Einsatz der Signalleine als Rettungsleine
- 4.2 Notaufstieg aus geringer Tiefe
- 4.3 Einsatz als Rettungstaucher
- 4.4 Bergung eines bewusstlosen Tauchers
 - auf den Steg
 - auf Schiff
- 4.5 Simulation HLW
- 4.6 Benutzen des Octopus / Zweitautomaten vom Buddy
- 4.7 Wechselatmung zwischen 2 Tauchern
- 4.8 Transport eines verunfallten Tauchers an der OF:
 - 200m durch einen Rettungstaucher
 - 1000m durch eine Tauchergruppe
- 4.9 Verbringen eines bewusstlosen Tauchers zur Wasseroberfläche
- 4.10 Komplexübung nach Zeit:
 - Notsignal bei voll ausgeschwommener Signalleine
 - Einsatz des Rettungstauchers
 - Bergen aus der Tiefe
 - Transport zur Tauchstelle
 - Bergen auf den Steg /an Land / ins Boot / ins Schiff
 - bis Bereitschaft zur Reanimation
- 4.11 Absetzen eines Notrufes
- 4.12 Notfallsimulation in Zusammenarbeit mit der DGzRS