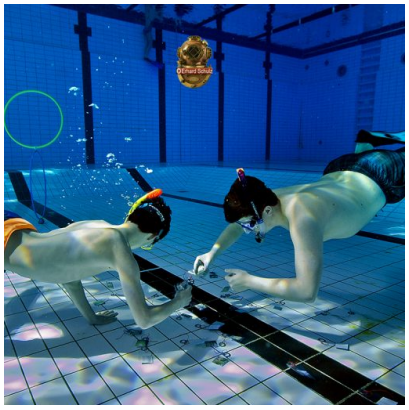
Tauchsport Landesverband Schleswig-Holstein

Apnoeworkshop +++ (Vereinsseminar) +++



Datum/Zeit
08.02.2020 - 09.02.2020
0:00

Veranstaltungsort
Schwimmbad
Manteufelstraße 20
Hamburg

Ansprechpartner:
Gudrun Handschuh, Bankverbindung: Freediver Hamburg,
Hamburger Volksbank, IBAN DE12 2019 0003 0071 5755
02 Stichwort: Apnoe-Workshop + Teilnehmer-Name

Teilnehmerzahl: ab 12 bis 20
Anmeldesschluss: 22.11.2019
Fortbildungsstunden: 8

Beschreibung

Inhalte: Training und Trainingskonzepte Breitensport **** Sicherungstaucher

Zielgruppe: Erfahrene ** , *** + **** Apnoe-Taucher und -Trainer, die einen Leitfaden für strukturiertes Training erlernen möchten

+++++++

Dieses Seminar ist eine Vereinsveranstaltung der Freediver Hamburg, sämtliche Verantwortung für Abrechung und Durchführung liegt bei ihnen.

+++++++

Seminarleistung: Theorie: allgemeine Trainingslehre, Trainingskonzepte zur Steigerung der Apnoeleistungen 3Std
Praxis: Übungseinheiten / Trainingskonzepte 10 Std

Sonstige Voraussetzungen:
Mindestens DTSA/CMAS - Apnoe ** oder vergleichbare Qualifikation, Mindestalter 18 Jahre , VDST Mitgliedschaft, gültige Tauchtauglichkeitsbescheinigung.

Mitzubringende Ausrüstung:
Apnoemaske, Schnorchel, Noseclip, Schwimmbrille, Apnoeflossen(empfehlenswert), Anzug 3 -5mm (Kopfhaube nicht erforderlich), Apnoegurt mit Blei, Halsblei (empfehlenswert)

Wichtige Hinweise: Kurspreis 120€ Verbindliche Anmeldung bis 22. November 2019 an Die Anmeldung ist verbindlich nach Eingang der Zahlung auf dem u. g. Konto. Anmeldungen werden in der Reihenfolge ihres Eingangs berücksichtigt. Bei Absagen nach Meldeschluss Kostenerstattung nur, wenn ein Ersatzteilnehmer gefunden werden kann.
Zusatzinfo: Im Anschluss an den Kurs (So 9.2. 13.00) besteht die Möglichkeit ****Abnahmen Strecke zu machen. Vorherige Anmeldung erforderlich. Zusatzkosten für Bad 15 € / Person.

Agenda: Leitung: Klaus Handschuh, Birgit Wesemann **Ausbilder:** Klaus Handschuh, Birgit

Wesemann, Timo Frank, Holger van der Slyk, Frank Trendelkamp, Andreas Patz