

Freediving 1 Stern

Das Freitauchen mit Schnorchel, Maske und Flossen hat heute einen festen Platz im Unterwassersport. Natürlich gibt es dabei wichtige Aspekte zu beachten, die Du hier kennen und mit dem entsprechenden Know-how zu beherrschen lernst.

Ziel der Seminare ist es, praktisches und theoretisches Wissen so zu vermitteln, dass Schnorcheltauchgänge in ruhiger und entspannter Weise durchgeführt werden können. Auch lernst Du Deinen Körper und dessen Grenzen besser kennen. Wenn Du Dich mental auf das Freediving einlässt, kannst Du Deine Leistungen mit etwas Übung rasch verbessern.



Kursinhalte:

- Freediving Sicherheitsregeln, Physiologie, Tauchphysik, Trainingsmethoden, Atem-/Entspannungstechniken, Praxis- /Sicherungstechniken (Lanyard), Risiken, Ausrüstung

- Voraussetzung: Mindestalter 16 Jahre, Teilnehmer müssen mindestens 200 m non-stop ohne Flossen, Maske und Schnorchel schwimmen können

- Abschlussprüfung: 60 Sekunden Zeittauchen, 25 m Streckentauchen, 5-10 m Tieftauchen, schriftliche Prüfung

- Maximaltiefe: 10 Meter

Kurspreis ab 215,-€ (Kurs nach IAC)

- Bei 3 - 6 Teilnehmern: 215,-€ p.P

- Bei 1 - 2 Teilnehmern: 325,-€ p.P.

Inkl. Zertifizierungsgebühr & Leihausrüstung,

Inkl. Eintritt in das dive4life-Tauchcenter,

Exkl. Schulungsunterlagen

Termin:

- 23.11.2019 von 14:00 bis 21:30 Uhr
- 07.12.2019 von 14:00 bis 21:30 Uhr
- 25.01.2020 von 14:00 bis 21:30 Uhr
- 22.02.2020 von 14:00 bis 21:30 Uhr
- 28.03.2020 von 14:00 bis 21:30 Uhr
- 25.04.2020 von 14:00 bis 21:30 Uhr
- 23.05.2020 von 14:00 bis 21:30 Uhr
- 27.06.2020 von 14:00 bis 21:30 Uhr

Anmeldung unter: shop@dive4life.de oder 02241-95721985 oder direkt bei uns vor Ort.

Wir freuen uns auf Dich
Dein dive4life Team