

## Häufig gestellte Fragen!

### 1. Benötige ich ein ärztliches Attest zur Teilnahme an einem Tauchkurs?

Beigefügt zum Download die „**Erklärung zum Gesundheitszustand**“.

Wenn auf Seite 1 alle Fragen mit einem „Nein“ beantwortet werden können ist das ausreichend für die Teilnahme an PADI Kursen. Sollte eine Frage mit einem „Ja“ beantwortet werden muss auf Seite 2 die Tauchtauglichkeit von einem Arzt bestätigt werden. Der Kursteilnehmer darf nicht der unterzeichnende Arzt sein.

### 2. Ab welchem Alter kann man einen Anfängerkurs machen?

Das Mindestalter beträgt 10 Jahre. Kinder und Jugendliche von 10- 14 Jahre werden als Junior-Open Water Diver brevetiert.

### 3. Entstehen weitere Kosten für Ausrüstung und Fahrt bei der Teilnahme an einem Tauchkurs?

Nein! Die Leihhausrüstung ist im Kurspreis enthalten. Die Teilnehmer werden vom Hotel zu den Programmen abgeholt und auch wieder zurückgebracht.

### 4. Welche weiteren Kosten entstehen bei der Teilnahme an einem Tauchkurs?

Nach erfolgreichem Abschluss eines Padi Tauchkurses werden 40,00 € Brevetierungsgebühr fällig die direkt vor Ort entrichtet werden müssen.

### 5. Administrative Anforderungen!

Beigefügt zum Download die Formulare „**Haftungsbefreiung**“ und „**Standard für sicheres Tauchen.**“ Beide Formulare müssen vor Teilnahme an einem Padi Tauchkurs ausgefüllt und unterschrieben werden. Bei Minderjährigen vom Teilnehmer und einem Erziehungsberechtigten.

### 6. Welche Unterlagen benötige ich als brevetierter Taucher?

Du solltest dein Tauchbrevet und dein Logbuch (falls vorhanden) mitführen. Im eigenen Interesse sollte sich jeder brevetierte Taucher einer jährlichen Tauchtauglichkeits Untersuchung unterziehen. Sollte die Untersuchung länger als ein Jahr zurückliegen muss vor Ort die „**Erklärung zum Gesundheitszustand**“ (siehe Download Punkt 1) unterzeichnet werden.

### 7. Noch mehr Fragen!

Schaut mal unter [www.diveclub-kassandra.de](http://www.diveclub-kassandra.de) . Oder kontaktiert uns per E-Mail [divekass@otenet.gr](mailto:divekass@otenet.gr) oder [info@diveclub-kassandra.de](mailto:info@diveclub-kassandra.de) . Ansprechpartner ist Norbert Höger.

## **PADI e–Learning**

### **Lerne tauchen! Jederzeit! Überall!**

Ab sofort ist es möglich, sich die theoretischen Kenntnisse des Padi Open Water Diver Kurses online anzueignen. Diese e-Learning Option bietet dir eine weitere Methode, um mit deiner Tauchausbildung zu beginnen.

Das Padi e-learning System ist ein neues innovatives Programm, welches entwickelt wurde um deinen PADI Tauchkurs einfacher und effizienter zu gestalten und um wertvolle Zeit im Unterrichtsraum (Urlaub!) zu sparen.

Nach der Anmeldung bei PADI e-Learning wirst du am Computer durch interaktive Präsentationen geleitet, wie:

- Videos
- Audio-Files
- Graphische Veranschaulichungen
- Lesestoffe

Kleine Online-Quizzes beurteilen deinen Fortschritt, verdeutlichen und verbessern alle daneben gegangenen Aufgaben.

Und dann ab ins Wasser – mit Dive Club Cassandra!

### **Wie funktioniert eLearning?**

Du kannst dich über die Links auf unserer Internetseite [www.diveclub-kassandra.de](http://www.diveclub-kassandra.de) zum e-Learning Kurs problemlos und direkt anmelden. Auf diesem Weg startest du bereits mit deiner Ausbildung in der Tauchtheorie. Die Theorievermittlung steht jetzt auch in deutscher Sprache zur Verfügung. Eine Demo zeigt dir genau, wie du deinen Tauchkurs online beginnen kannst.

Zudem kann dein zuständiger Instructor von Dive Club Cassandra mittels E-Mail mit dir in Kontakt treten bzw. kommunizieren. Dies ermöglicht den Instructoren von Dive Club Cassandra deine Fragen zu beantworten und deinen Lernfortschritt zu begleiten. Als Online-Schüler hast du jederzeit Zugang zu einer Online –Version des PADI Open Water Diver Manuals, auf das du während des Kurses sowie danach jederzeit zugreifen kannst.

Sobald du alle e-Learning Teile erfolgreich absolviert und du dir die theoretischen Kenntnisse des OWD Kurses auf diese Weise angeeignet hast, erhältst du als Bestätigung eine e-Überweisung (e-Referral). Weiter wirst du dahingehend benachrichtigt, dass du dein Online-Programm komplett abgeschlossen hast und somit für den nächsten Schritt bereit bist.

Bei uns im Dive Club schreibst du dann nur noch einen Quick Quiz zur abschließenden Beurteilung deiner Kenntnisse.

Natürlich beginnt dann auch deine praktische Ausbildung im Schwimmbad bzw. Meer.

Kosten:

Zur Teilnahme am Onlinekurs ist zusätzlich zum Kurspreis eine Kursgebühr bei Padi in Höhe von \$ 120,- (ca. 88,- €) zu bezahlen.

Diese beinhalten unbegrenzten Zugriff auf die elektronische Version des Padi Open Water Diver Manuals, alle Videos und elektronischen PADI Tauchtabellen.

Viel Erfolg!

Norbert Höger

Padi Master-Instructor



# ERKLÄRUNG ZUM GESUNDHEITZUSTAND

## TEILNEHMER-INFORMATION (vertraulich)

### Bitte vor dem Unterschreiben genau durchlesen.

Mit dieser Erklärung werden Sie über die potentiellen Risiken des Gerätetauchens sowie über die von Ihnen erforderlichen Verhaltensweisen während des Programms/Tauchkurses informiert. Ihre Unterschrift auf diesem Formular ist erforderlich, damit Sie am Tauchkurs teilnehmen können.

Name des/r Tauchlehrers/in \_\_\_\_\_

Name der/s Tauchschule/Centers \_\_\_\_\_

Ort / Land \_\_\_\_\_

Lesen Sie diese Erklärung vor dem Unterschreiben. Sie müssen die "Erklärung zum Gesundheitszustand" mit dem medizinischen Fragebogen ausfüllen, bevor Sie an einem Tauchkurs teilnehmen können. Sind Sie noch nicht volljährig, muss zudem ein Elternteil oder Erziehungsberechtigter unterschreiben.

Tauchen ist eine aufregende und anspruchsvolle Aktivität. Bei korrektem Verhalten und Anwendung der richtigen Techniken, ist es ein relativ sicherer Sport. Wenn jedoch die bestehenden Sicherheitsregeln nicht befolgt werden, bestehen erhöhte Gefahren.

Um sicher zu tauchen, sollten Sie nicht extrem übergewichtig oder nicht in Form sein. Der Tauchsport kann unter bestimmten

### Medizinischer Fragebogen für Taucher

**Für den Teilnehmer:** Der nachfolgende medizinische Fragebogen dient dazu herauszufinden, ob Sie sich vor der Teilnahme an der Tauchausbildung ärztlich untersuchen lassen sollten. Eine mit "JA" beantwortete Frage muss Sie nicht unbedingt vom Tauchsport ausschliessen. Eine mit "JA" beantwortete Frage gibt Aufschluss über einen Zustand, der Ihre Sicherheit beim Tauchen beeinträchtigen könnte, und Sie müssen sich in diesem Fall vor der Teilnahme an Tauchaktivitäten ärztlich untersuchen/beraten lassen.

- \_\_\_\_\_ Könnte es sein, dass Sie schwanger sind, oder wünschen Sie sich eine Schwangerschaft?
- \_\_\_\_\_ Nehmen Sie gegenwärtig verordnete Medikamente? (mit Ausnahme von Anti-Konzeptiva oder Malaria-Prophylaxe)
- \_\_\_\_\_ Sind Sie älter als 45 Jahre und erfüllen Sie einen der folgenden Punkte?
  - Raucher/in von Pfeife, Zigarren oder Zigaretten
  - Sie haben einen erhöhten Cholesterin-Spiegel
  - Sie haben in der Familie Vorkommnisse von Herzinfarkt oder Schlaganfall
  - Sie befinden sich momentan in ärztlicher Behandlung
  - Sie haben einen erhöhten Blutdruck
  - Sie leiden an Diabetes Mellitus, auch wenn diese nur durch Diät unter Kontrolle ist

#### Hatten Sie in der Vergangenheit oder leiden Sie momentan an einer der nachfolgenden Krankheiten?

- \_\_\_\_\_ Asthma, Atembeschwerden, oder Atembeschwerden bei körperlicher Anstrengung
- \_\_\_\_\_ häufige oder ernste Anfälle von Heuschnupfen bzw. Allergien
- \_\_\_\_\_ häufige Erkältungen, Nebenhöhlenentzündungen, Bronchitis
- \_\_\_\_\_ irgendeine Form einer Lungenerkrankung
- \_\_\_\_\_ Pneumothorax
- \_\_\_\_\_ Erkrankungen oder chirurgische Eingriffe im Bereich des Brustkorbes
- \_\_\_\_\_ körperliche oder psychische Probleme in Form von Panik, Platzangst oder Angst in geschlossenen Räumen
- \_\_\_\_\_ Epilepsie, Anfälle, Krämpfe, oder nehmen Sie Medikamente dagegen
- \_\_\_\_\_ wiederholt auftretende massive migräneartige Kopfschmerzen, oder nehmen Sie Medikamente dagegen

**Hiermit erkläre ich, dass die obigen Angaben zu meinem Gesundheitszustand korrekt sind und mit bestem Wissen und Gewissen erfolgten. Ich übernehme die Verantwortung für unterlassene Angaben zu meinem vergangenen oder gegenwärtigen Gesundheitszustand.**

Umständen anstrengend sein. Ihre Atmung und Ihr Kreislauf müssen gesund sein. Alle luftgefüllten Hohlräume im Körper müssen normal und gesund sein. Personen mit einer Herzerkrankung, einer akuten Erkältung, Magen-Darm-Problemen, Epilepsie oder anderen ernsten gesundheitlichen Problemen oder die unter Einfluss von Alkohol, Medikamenten oder Betäubungsmitteln stehen, sollten nicht tauchen. Falls Sie unter Asthma, einer Herzerkrankung oder chronischen Erkrankungen leiden oder falls Sie regelmässig Medikamente einnehmen, sollten Sie vor der Kursteilnahme Ihren Arzt/Ihre Ärztin und Ihre/n Tauchlehrer/in aufsuchen. Dies sollten Sie auch nach Kursabschluss regelmässig tun. Sie werden von Ihrem/r Tauchlehrer/in die wichtigen Sicherheitsregeln betreffend Atmung und Druckausgleich beim Tauchen erlernen. Die falsche Verwendung der Tauchausrüstung kann zu ernsten Verletzungen führen. Deshalb müssen Sie unter direkter Überwachung und Betreuung eines/r qualifizierten Tauchlehrers/in den sicheren Gebrauch der Ausrüstung erlernen.

Sollten Sie zu dieser Erklärung oder dem medizinischen Fragebogen weitere Fragen haben, besprechen Sie sich bitte mit Ihrem/r Tauchlehrer/in, bevor Sie unterschreiben.

Bitte beantworten Sie die folgenden Fragen zu Ihrem momentanen bzw. vergangenen Gesundheitszustand mit **JA** oder **NEIN**. Wenn Sie unsicher sind, antworten Sie mit **JA**. Falls eine Frage mit **JA** beantwortet wird, ist es erforderlich, dass Sie sich von einem Arzt untersuchen lassen, bevor Sie am Tauchsport teilnehmen. Zu diesem Zweck wird Ihnen Ihr/e Tauchlehrer/in die RSTC Richtlinien für tauchsportärztliche Untersuchungen für Ihren Arzt/Ihre Ärztin aushändigen.

- \_\_\_\_\_ Ohnmachtsanfälle (gänzlicher oder teilweiser Verlust des Bewusstseins)
- \_\_\_\_\_ häufige oder starke Reisekrankheit (Boot, Auto usw.)
- \_\_\_\_\_ Ruhr oder Entwässerung mit notwendiger medizinischer Versorgung
- \_\_\_\_\_ irgendein Tauchunfall oder Dekompressions-Krankheit
- \_\_\_\_\_ Unfähigkeit, mässige Körperübungen zu erfüllen (z.B. 1,6 km in 12 Min. gehen)
- \_\_\_\_\_ Kopfverletzungen innerhalb der letzten 5 Jahre mit Bewusstseinsverlust
- \_\_\_\_\_ immer wieder auftretende Rückenbeschwerden
- \_\_\_\_\_ chirurgische Eingriffe im Bereich des Rückens oder der Wirbelsäule
- \_\_\_\_\_ Diabetes
- \_\_\_\_\_ Probleme an Rücken, Armen oder Beinen in Folge chirurgische Eingriffe, Verletzungen oder Brüchen
- \_\_\_\_\_ hoher Blutdruck oder nehmen Sie Medikamente zur Kontrolle des Blutdrucks
- \_\_\_\_\_ Herzkrankheiten
- \_\_\_\_\_ Herzanfälle (Infarkte)
- \_\_\_\_\_ Angina pectoris, chirurgische Eingriffe an Herz oder Blutgefässen
- \_\_\_\_\_ chirurgische Eingriffe an Nebenhöhlen
- \_\_\_\_\_ Ohrenkrankheiten oder -operationen, Gehörverlust oder Gleichgewichtsstörungen
- \_\_\_\_\_ wiederholte Ohrprobleme
- \_\_\_\_\_ Blutungen oder andere Blutprobleme
- \_\_\_\_\_ Weichteilbrüche (Leisten, Nabel, Lenden, Zwerchfell)
- \_\_\_\_\_ Geschwüre oder operativ entfernte Geschwüre
- \_\_\_\_\_ künstlicher Darmausgang (Colostomie oder Ileostomie)
- \_\_\_\_\_ Einnahme von sportlichen Aufbaupräparaten oder Behandlung wegen Alkoholproblemen in den letzten 5 Jahren

Unterschrift \_\_\_\_\_

Datum \_\_\_\_\_

Unterschrift der Eltern, Erziehungsberechtigten \_\_\_\_\_

Datum \_\_\_\_\_

## KURSTEILNEHMER/IN

Bitte in DRUCKSCHRIFT ausfüllen.

Vorname/Name \_\_\_\_\_ Geburtsdatum \_\_\_\_\_  
(Tag/Monat/Jahr)

Strasse \_\_\_\_\_

Stadt \_\_\_\_\_

Land \_\_\_\_\_ PLZ \_\_\_\_\_

Tel. Privat ( ) \_\_\_\_\_ Tel. Geschäft ( ) \_\_\_\_\_

E-mail \_\_\_\_\_ FAX \_\_\_\_\_

### Name und Adresse Ihres Hausarztes

Name \_\_\_\_\_ Krankenhaus \_\_\_\_\_

Adresse \_\_\_\_\_

Datum Ihrer letzten Untersuchung \_\_\_\_\_

Name des untersuchenden Arztes \_\_\_\_\_ Krankenhaus \_\_\_\_\_

Adresse \_\_\_\_\_

Telefon ( ) \_\_\_\_\_ E-mail \_\_\_\_\_

Wurden Sie schon einmal tauchsportärztlich untersucht?  JA  NEIN Wenn ja, wann? \_\_\_\_\_

## ARZT / ÄRZTIN

Diese Person ist Kandidat/in für eine Ausbildung im Sporttauchen mit Presslufttauchgerät bzw. ist bereits brevetierte/r Taucher/in. Wie beurteilen Sie aus medizinischer Sicht die Tauchtauglichkeit?

### Beurteilung

- Aus medizinischer Sicht kann ich nichts feststellen, was ich mit dem Tauchen als unvereinbar erachte.  
 Aus medizinischer Sicht kann ich diese Person nicht für den Tauchsport empfehlen.

### Bemerkungen

\_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_

Unterschrift des Arztes \_\_\_\_\_ Datum \_\_\_\_\_  
(Tag/Monat/Jahr)

Name \_\_\_\_\_ Krankenhaus \_\_\_\_\_

Adresse \_\_\_\_\_

Telefon ( ) \_\_\_\_\_ E-mail \_\_\_\_\_



# HAFTUNGSAUSSCHLUSS- und RISIKÜBERNAHME-ERKLÄRUNG (PADI International Ltd)

**Bitte lesen Sie die folgenden Absätze aufmerksam durch, und füllen Sie vor Ihrer Unterschrift die Leerfelder aus.**

Mit dieser Erklärung, werden Sie über die Risiken des Schnorchel- und Gerätetauchens informiert. Die Erklärung beinhaltet weiterhin die Umstände, unter denen Ihre Teilnahme an diesem Tauchprogramm auf Ihr eigenes Risiko stattfindet.

Ihre Unterschrift auf diesem Formular ist erforderlich, dass Sie diese Erklärung verstanden und gelesen haben. Es ist wichtig, dass Sie den Inhalt dieser Erklärung vor Ihrer Unterschrift durchlesen. Falls Sie verschiedene Punkte dieser Erklärung nicht verstehen, besprechen Sie diese bitte mit Ihrem Tauchlehrer. Sind Sie noch nicht volljährig, muss zudem ein Elternteil oder Erziehungsberechtigter die Erklärung des Teilnehmers unterschreiben.

## WARNUNG

Das Schnorchel- und Gerätetauchen ist mit Risiken verbunden, die zu ernststen Verletzungen bis hin zum Tod führen können.

Das Tauchen mit Pressluft ist mit bestimmten Risiken verbunden. Dekompressionskrankheit, Embolie oder andere druckbedingte Verletzungen, die eine Behandlung in einer Druckkammer erfordern, können eintreten. Dieses Programm, einschliesslich der Trainingstauchgänge im Freiwasser, die zum Erhalt des Brevets notwendigen sind, kann an einem Tauchplatz stattfinden, bei dem eine Druckkammer nicht sofort erreicht werden kann oder von dieser weit entfernt liegt oder beides. Das Schnorchel- und Gerätetauchen sind körperlich anstrengende Aktivitäten und Sie werden sich bei diesem Programm anstrengen. Sie müssen wahrheitsgemäss und ohne Auslassungen die Tauchlehrer sowie die Tauchbasis, bei der Sie dieses Programm durchführen, über Ihren Gesundheitszustand informieren.

## HAFTUNGSAUSSCHLUSS

Ich verstehe und erkläre mich damit einverstanden, dass weder mein/meine Tauchlehrer/in \_\_\_\_\_, noch die Tauchbasis, durch die meine Ausbildung erfolgt, \_\_\_\_\_, PADI International Ltd., oder PADI Americas, Inc., oder ihre Tochtergesellschaften oder jegliche angegliederte Angestellte, Beauftragte, Agenten oder Bevollmächtigte (im Folgenden „entbundene Parteien“ genannt) jegliche Verantwortung für Tod, Schaden oder Schadensansprüche übernehmen, gleich welcher Art, die ich erleide oder die durch mich entstehen oder durch mein eigenes Verhalten oder jeglicher Sache oder jeglicher Bedingung unter meiner Kontrolle hervorgerufen werden, die auf mein Mitverschulden zurückgehen.

Liegt keine Nachlässigkeit oder keine Pflichtverletzung seitens meines/er Tauchlehrer/in \_\_\_\_\_ vor, der Tauchbasis, durch die meine Ausbildung erfolgt, \_\_\_\_\_, PADI International Ltd., oder PADI Americas, Inc., sowie aller zugehörigen juristischen Personen und entbundenden Parteien wie oben definiert, so erfolgt meine Teilnahme an diesem Tauchprogramm gänzlich auf mein eigenes Risiko.

Hiermit bestätige ich, dass ich diese Erklärung empfangen habe und mich gänzlich über ihren Inhalt vor meiner geleisteten Unterschrift informiert habe.

\_\_\_\_\_  
Name Teilnehmer/in (in Druckschrift)

\_\_\_\_\_  
Unterschrift Teilnehmer/in

\_\_\_\_\_  
Datum (Tag/Monat/Jahr)

\_\_\_\_\_  
Unterschrift Eltern/Erziehungsberechtigter (wenn minderjährig)

\_\_\_\_\_  
Datum (Tag/Monat/Jahr)



# STANDARD-VERFAHREN FÜR SICHERES TAUCHEN EINVERSTÄNDNISERKLÄRUNG

## Bitte vor dem Unterschreiben genau durchlesen.

Diese Erklärung informiert dich über die etablierten Verfahren für sicheres Tauchen beim Schnorchel- und Gerätetauchen. Die Wiederholung und Anerkennung dieser Verfahren sollen deine Sicherheit beim Tauchen erhöhen und das Tauchen angenehmer machen. Bitte unterschreibe diese Erklärung als Bestätigung, dass du dir dieser Verfahren für sicheres Tauchen bewusst bist. Lies und besprich diese Erklärung, bevor du unterschreibst. Bist du minderjährig, muss zudem ein Elternteil oder Erziehungsberechtigter unterschreiben.

Ich, (Name in Blockschrift) \_\_\_\_\_, verstehe, dass ich als Taucher folgendes befolgen sollte:

1. Geistig und körperlich fit sein und bleiben. Beim Tauchen Einfluss von Alkohol oder gefährlichen Medikamenten vermeiden. Betreffend Tauchen in Übung bleiben, die taucherischen Fertigkeiten durch Weiterbildung verbessern und diese in kontrollierten Bedingungen auffrischen, wenn du einmal längere Zeit nicht getaucht bist und mich anhand meiner Kursmaterialien auf dem Laufenden zu halten und wichtige Informationen aufzufrischen.
2. Mit meinen Tauchplätzen vertraut sein. Falls dies nicht der Fall ist, von qualifizierter Stelle an Ort eine Orientierung verschaffen. Sind die Bedingungen schlechter als erwartet, Tauchgang verschieben oder einen anderen Tauchplatz mit besseren Bedingungen wählen. Tauchaktivitäten auf meine Ausbildungsstufe und meine Erfahrung abstimmen. Nicht in Höhlen hineintauchen und kein technisches Tauchen ("Technical Diving") betreiben, wenn ich nicht speziell dafür ausgebildet wurde.
3. Nur mit kompletter, gut gewarteter, zuverlässiger und vertrauter Ausrüstung tauchen, diese vor jedem Tauchgang auf korrekten Sitz und Funktion prüfen. Beim Gerätetauchen über folgendes verfügen: ein Tarierungskontrollsystem, einen Niederdruck-Inflator zur Tarierungskontrolle zum Lufteinlass, einen Finimeter, eine alternative Luftversorgung und ein Instrument zur Tauchplanung/Überwachungsgerät (Tauchcomputer, RDP/Tauchtabellen – je nach dem, mit welchen der Taucher am besten umgehen kann und dafür ausgebildet ist). Den Gebrauch der Ausrüstung für Personen verweigern, die keine brevetierte Taucher sind.
4. Tauchgangs-Vorbesprechung ("Briefing") und -Anweisungen aufmerksam zuhören und Ratschläge des Tauchgang-Leiters befolgen. Mir bewusst sein, dass zusätzliche Ausbildung empfohlen wird für spezielle Tauchaktivitäten, beim Tauchen in unbekanntem Gebieten und wenn ich länger als 6 Monate nicht getaucht bin.
5. Während jedem Tauchgang das Partner-System anwenden. Alle Tauchgänge mit dem Tauchpartner planen – inklusive Verständigung, Vorgehen im Fall der Trennung vom Partner sowie Notfallmassnahmen.
6. Die Tauchgangsplanung beherrschen (unter Benutzung eines Tauchcomputers oder Tauchtabellen). Alle Tauchgänge als Nullzeit-Tauchgänge durchführen und dabei eine Sicherheitsmarge einrechnen. Instrumente zur Messung von Tiefe und Zeit unter Wasser haben. Maximale Tiefe auf meine Ausbildungsstufe und meine Erfahrung abstimmen. Auftauchen mit max. 18 Meter pro Minute. Ein "SAFE" Taucher sein – nach jedem Tauchgang LANGSAM auftauchen und als zusätzliche Vorsichtsmaßnahme einen Sicherheits-Stop auf 5 Meter für 3 Minuten oder länger machen.
7. Auf richtige Tarierung achten. An der Oberfläche die Tarierungs-Gewichte so anpassen, dass ohne Luft in Jacket/Tarierweste neutrale Tarierung besteht. Unter Wasser neutrale Tarierung aufrechterhalten. Positiven Auftrieb herstellen beim Schwimmen und Ausruhen an der Oberfläche. Bleigurt zum schnellen Abwerfen freigehalten. Bei Notlage unter Wasser Auftrieb herstellen. Mindestens ein Oberflächen-Signalmittel mit sich führen (wie Signalboje, Pfeife, Signalspiegel).
8. Beim Tauchen richtig atmen. Beim Atmen von Pressluft niemals den Atem anhalten oder Sparatmung praktizieren, beim Schnorcheltauchen übermäßige Hyperventilation vermeiden. Überanstrengung im und unter Wasser vermeiden und innerhalb meiner Grenzen tauchen.
9. Wenn immer möglich, Boot, Schwimmkörper oder andere Oberflächen-Stationen gebrauchen.
10. Örtliche Tauchgesetze und -bestimmungen kennen und befolgen, inklusive Fischerei- und Taucherflaggen-Gesetze.

Ich habe diese Erklärung gelesen, und alle Fragen wurden zu meiner Zufriedenheit beantwortet. Ich verstehe die Wichtigkeit und den Zweck dieser etablierten Verfahren für sicheres Tauchen, und ich bin mir bewusst, dass sie zu meiner eigenen Sicherheit und Gesundheit notwendig sind und Nichtbefolgen mich beim Tauchen in Gefahr bringen kann.

\_\_\_\_\_  
Unterschrift Teilnehmer

\_\_\_\_\_  
Datum (Tag/Monat/Jahr)

\_\_\_\_\_  
Unterschrift Eltern / Erziehungsberechtigter (wenn minderjährig)

\_\_\_\_\_  
Datum (Tag/Monat/Jahr)