

# SCUBA DIVER

## LEISTUNGSANFORDERUNGEN FÜR DAS SCHWIMMBAD

Modul 1	Modul 2	Modul 3
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Im Flachwasser einen nahezu natürlichen (wie an der Oberfläche) Atmenrhythmus einhalten.</li> <li>• Schwimme neutral tariert (vom Instruktor oder einem Assistenten angepasst) langsam Mitten im Wasser während du die Richtung hältst (weder sinken noch aufsteigen).</li> <li>• Demonstriere Flossenschläge ohne die Beine zu stark abzuwinkeln die in einer angemessenen Fortbewegung resultieren.</li> <li>• Komfortabel die Richtung während dem Schwimmen unter Wasser ändern.</li> <li>• Blase im Flachwasser eine teilweise geflutete Maske aus.</li> <li>• Blase im Flachwasser einen Lungenautomaten aus, indem du in ihn hinein ausatmest.</li> <li>• Blase im Flachwasser einen Lungenautomaten aus, indem du den Luftduschenknopf drückst.</li> <li>• Halte die Atemwege offen während der Lungenautomat sich nicht im Mund befindet, indem du immer Bläschen ablässt.</li> <li>• Atme aus der alternativen Luftversorgung die von einem anderen Taucher angeboten wird.</li> <li>• Blase das Jacket an der Oberfläche auf, um positive Auftrieb herzustellen (sowohl mit dem Inflator, als auch mit dem Mund).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Demonstriere das Tauchgerät zu montieren und demontieren.</li> <li>• Demonstriere, wie die Tauchausrüstung gespült wird.</li> <li>• Demonstriere einen angemessenen Einstieg in tiefes Wasser (wenn möglich ein grosser Schritt vorwärts).</li> <li>• Demonstriere einen Ausstieg aus dem tiefen Wasser.</li> <li>• Demonstriere einen Abstieg unter Verwendung der 5 Punkte Methode.</li> <li>• Demonstriere einen Aufstieg unter Verwendung der 5 Punkte Methode.</li> <li>• Benutze unter Wasser Handzeichen zur Kommunikation, und zeige deinen verbleibenden Flaschendruck an.</li> <li>• Erlange den Lungenautomatenschlauch, der sich hinter der Schulter befindet wieder.</li> <li>• Stelle neutralen Auftrieb unter Wasser mit dem Inflator her (Pivot ist eine Möglichkeit).</li> <li>• Lokalisier, sichere und atme aus der alternativen Luftversorgung eines anderen Tauchers.</li> <li>• Abnehmen, wiederaufsetzen und ausblasen einer Maske.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Führe einen Sicherheitscheck (Buddycheck) durch.</li> <li>• Demonstriere einen angemessenen Einstieg in tiefes Wasser (wenn möglich eine Rückwärtsrolle).</li> <li>• Stelle neutralen Auftrieb unter Wasser mit dem Mund her (Pivot ist eine Möglichkeit).</li> <li>• Stelle positiven Austrieb an der Oberfläche her indem du den Schnellabwurf des Gewichtssystems betätigst, die Gewichte vom Körper löst und sie einem anderen Taucher gibst (als Simulation für das Abwerfen der Gewichte).</li> <li>• Schwimme eine Entfernung von mindestens 50 Meter an der Oberfläche während du aus dem Schnorchel atmest.</li> <li>• Blase an der Oberfläche einen Schnorchel aus.</li> <li>• Demonstriere mehrmaliges Wechseln von Schnorchel/Lungenautomat während du an der Oberfläche schwimmst.</li> <li>• Demonstriere die Beherrschung der Fertigkeiten von Schwimmbadmodul 1, 2 und 3 indem du an dem Scuba Diver Skill Review teilnimmst.</li> </ul>