



Apnoe: Atmung und Druckausgleich (Intensiv-Workshop)

18.-19.07.2025, Murner See

Ziel: Optimierung der Atem- und Druckausgleichstechniken	
Seminarinhalt	<ul style="list-style-type: none">• Atmung, Druckausgleich (Trockenübungen, Wasserübungen)• Intensives Üben und schrittweises Optimieren• Erfahrungsaustausch• Skript (pdf) mit Kurzanleitungen
Zielgruppe, Voraussetzungen	Alle Interessenten am Apnoetauchen, die die folgenden Voraussetzungen erfüllen: <ul style="list-style-type: none">• Mindestalter 18 Jahre• GDL Freediving Outdoor* / DTSA Apnoe Tieftauchen*• Gültige Tauchsportärztliche Untersuchung (bitte rechtzeitig veranlassen)
Teilnehmerzahl	Mindestens 12, maximal 16 Teilnehmende
Ausrichter	BLTV – Sachabteilung Apnoe
Datum, Uhrzeit	Samstag 18.07.25 10:00 bis Sonntag 19.07.25 ca. 14:00
Seminarort	Murner See, Holzturm
Anmeldeschluss	01.06.25
Seminargebühr, Zahlung	50.- € für Mitglieder aus VDST/BLTV-Vereinen 70.- € für Teilnehmer aus anderen Tauchsportverbänden Die Zahlung erfolgt online auf der Webseite des BLTV.: https://bltv.de/event/apnoe-atmung-und-druckausgleich-workshop Stornierungen bis zum Anmeldeschluss sind kostenfrei. Bei späteren Stornierungen besteht kein Anspruch auf Rückzahlung.
In der Gebühr ist enthalten	Ausbildungsnachweis
Anreise, Verpflegung, Sonstige Kosten	An- und Abreise, Unterkunft, Verpflegung, Getränke liegen in der Verantwortung der Teilnehmenden. Der Landesverband ist kein Reiseveranstalter.
Kontakt bei Fragen	Fragen an Peter Siwon, apnoe@bltv-ev.de.
Mit zu bringen	<ul style="list-style-type: none">• Yogamatte/Isomatte• Sportkleidung oder bequeme Kleidung für Stretching/Atemübungen/Yoga• Badebekleidung• Maske, Schnorchel, Flossen (keine Geräteflossen)• Neoprenanzug min. 5mm• Lanyard, Schneidwerkzeug (Empfehlung Eezycut)• Elastischer Bleigurt mit gummiierten Bleistücken (1kg oder 1/2kg)• Halsblei - wenn vorhanden• Schreibzeug <p>Bitte frühzeitig melden, wenn Ausrüstung fehlt. Wir versuchen dann Abhilfe zu schaffen.</p>



Fortbildungsstunden	Für TL/TrC gibt es einmalig im Verlängerungszeitraum 8 Fortbildungsstunden.
Datenschutz	Es gilt die Datenschutzerklärung zur Teilnahme an einer VDST-Ausbildungsveranstaltung gemäß Art. 13 DSGVO. Alle Infos rund um Datenschutz und personenbezogenen Daten können in der Mediathek des VDST nachgelesen werden.
Änderungen	Änderungen vorbehalten