

Formationstauchen

von Marcus Lüpke, Lars Hensel

Vorbemerkungen/Stundenziele:

Das Einhalten bestimmter Tauchformationen ist eine wichtige Voraussetzung für das disziplinierte und sichere Tauchen im Freigewässer. Nur wenn die gesamte Gruppe kontrolliert in Formation taucht, kann das Risiko einer Notfallsituation in unseren doch meist „unübersichtlichen“ Tauchgewässern vermindert werden. Ein schnelles Eingreifen des Gruppenleiters unter Wasser ist gewährleistet. Im Schwimmbad werden die nötigen Grundlagen geschaffen und auch der Tauchbeginner für das disziplinierte Tauchen sensibilisiert. Hinweis: Für die hier dargestellten Übungsteile mit verdunkelter Brille ist es nötig, immer einige Sicherheitstaucher mit der Aufgabe zu betreiben, die Ubenden vor einer Kollision (mit anderen Teilnehmern oder der Schwimmbadwand) zu bewahren.

Platzbedarf: Mindestvoraussetzung sollten wenigstens 2 Schwimmbahnen à 25-16m sein.

Zielgruppe: 10-15 Teilnehmer und Teilnehmerinnen (Anfänger)

Dauer: 45-60 Minuten

Nötige Geräte: ABC-Ausrüstung, DTG, Gymnastikstäbe, Tauchreifen, Alufolie bzw. Klebeband, Unterwasserbojen.

Literatur:

Uwe Hoffmann: Sporttauchen – Technisch-Methodische Hilfen für die Anfängerbildung. Sport Fahrman's Verlag 1996.

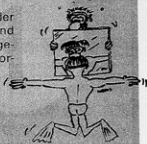
Wilke, K./Madsen, O.: Das Training des jugendlichen Schwimmers. Verlag Hofmann Schöndorf, 1988.

Einleitender Teil (10 Minuten):

10 Bahnen partnerweises Einschnorcheln mit ABC-Ausrüstung
5 Bahnen führt der eine, 5 Bahnen führt der andere das Schnorcheln an. Der Phantasie des/der Führenden sind keine Grenzen gesetzt (Rollen vorwärts, rückwärts, seitwärts etc.)

Anmerkung:

Es sollte darauf hingewiesen werden, daß Kollisionen zu vermeiden sind!



Stundenausklang (15 Minuten):

In Dreiergruppen mit dem DTG: 2 Taucher haben verdunkelte Brillen auf, ein Taucher hat die Aufgabe, diese beiden „Blinden“ zusammenzuführen. Zu Beginn werden 2 „Blinde“ Rücken an Rücken aneinander losgeschickt (langsam und vorsichtig vorwärts tauchen!). Wird einer der „Blinden“ vom „Sehenden“ an z. B. der linken Schulter angeippt, so muß dieser seine Bewegungsrichtung um 90° ändern und in diese Richtung weitertauchen. Dies muß der „Sehende“ solange wiederholen, bis die 2 „Blinden“ wieder aufeinander zutauchen und sich die Hand geben können. Anmerkung: Einige TeilnehmerInnen müssen als Sicherheitstaucher an der Wasseroberfläche darauf achten, daß niemand zusammenstößt oder an die Schwimmbadwand taucht. Sind die „Blinden“ wieder zusammengeführt, wird getauscht, so daß jeder einmal die Führung übernimmt.

Hauptteil: Übungen zum Formationstauchen mit dem DTG (20 Minuten):

Übung 1 (10 Minuten):

Partnerweise mit dem DTG und einem Gymnastikstab einen vorher gelegten UW-Parcours durchtauchen. Der Stab wird quer zur „Tauchrichtung“ gehalten (Einsatz von UW-Bojen, Tauchreifen, Stäben etc.).

Übung 2 (5 Minuten):

Partnerweises Durchtauchen des Parcours mit Handfassung. Dabei wird einem Partner die Tauchbrille verdunkelt (Klebeband, Alufolie etc.). Die Führung übernimmt der Partner ohne verdunkelte

Tauchbrille. Alternativ kann die Führung auch außerhalb des Parcours erfolgen, das Schwimmbad wird beim Tauchen „erfahren“.

Übung 3 (5 Minuten):

Spiegelbild-Tauchen: Partnerweise wird während des Vorwärtstauchens die Geschwindigkeit, Bewegungsschnelligkeit und die Bewegung als solche kopiert. Beide Partner versuchen unter Wasser genau „gleich“ – spiegelbildlich – nebeneinander herzutauhen.

RUDI KNEIP - HURGHADA

20 Jahre Spezialist für Tauch-Kreuzfahrten
Unsere Erfahrung ist Ihr Vorteil



Unsere Tauchziele:

- Ganzjährig: Tagesfahrten
- Mehrtagestörns auch im Winterhalbjahr nach Gubal, Shedwan, Sinai und Saïaga
- Wochenkreuzfahrten nach Marsa-Alam, Eiphostone-Riff, Ras Banas, Wadi Gimal
- Für Gruppen auch Individualprogramm

Unsere Leistungen:

- 7 eigene Schiffe, 17 m bis 36 m, mit Kabinen und großem Salon
- 15-1 und 20-1 Tauchgeräte für lange, erlebnisreiche Tauchgänge
- Spezialisiert auf gut organisierte Mehrtagesfahrten
- Alle Schiffe mit Taucherplattform
- Modernste Tauchflotte am Ort
- Immer neuester Stand der Technik

Unsere Preise:

- 1 Wo. im DZ, inkl. Flug, VP, 6 Tage Tauchen: ab **DM 1.290,-**
- 2 Wo. im DZ, inkl. Flug, VP, 13 Tage Tauchen: ab **DM 1.965,-**
- Hotelbuchungen nach Wahl, Aufpreis: ab DM 70,-/Wo.



Mitglied in der Vereinigung zum Schutz und zur Erhaltung der Unterwasserwelt Hurghadas

Rudi Direkt Reisen GmbH, Marlies Biema
Maria Theresia-Str. 12 D - 79761 Waldshut
Tel.: 07751 - 7974 Fax: 07751 - 70331