

# Notaufstieg mit Wechselatmung

von Lars Hensel, Marcus Lüpke und Dr. Uwe Hoffmann

**AQUA MARINE DIVING**



**MALLORCA**  
Direkt gebucht bei Leo Klein  
07157 PUERTO ANDRAITX  
Almirante Riera Alemany 29  
Tel. 00 34 71-67 43 76  
Fax 00 34 71-67 44 93  
oder REISEN & ERLEBEN  
Tel. 02.81-341 12 Fax 291 76

**Napoleon Dive Center  
KAPVERDEN**

Ribeira da Barca-lha do Santiago  
- Taucherhotel, Bar, Restaurants  
- Wassersportzentrum  
**- Eigene & einzigste  
Druckkammer der Insel**

- Übernichte tauchplätze
- Tauchen pur mit Großfischen
- Perfekt für Ausbildungen
- Ideal für Vereine, Shops, Schulen und Gruppen
- Fahrrad - Motorradverleih
- Angelgrundrissen

**Buchungen und Info's  
Tauchsport Napoleon**  
Weinstr. 74, 77654 Offenburg  
Tel. 0781/37869, Fax 37925

**AKKUfit**

Macht Ihre  
TAUCLAMPE  
schnell schlapp?  
**NULL POWER?**

Wir liefern AKKUBLOCKS für fast alle  
Tauchlampen und für fast jedes  
akkubetriebenes Gerät

Freibühelgipf  
Zartenberg Lampe 10 Akkus 7 Amil Sanyo 100, DM  
Zartenberg Lampe 10 Akkus 7 Amil Sanyo 100, DM  
Seri. Einzug - Versandkosten

**AKKUfit**  
Schröder u. Wiegand GbR  
Einrenturmstr. 4, 34212 Melsungen  
Tel.: 05661 020150, Fax: 50850  
e-mail: hwiegand@raail.terrnet.de

**SPORTTAUCHER**  
Anzeigenteam

berät Sie unter  
folgenden Tel.-Nummern:

**7031-241**  
**7031-244**  
**7031-248**

**Telefax**  
**7031-280**

Bei jedem Tauchgang besteht die potentielle Gefahr einer Notfallsituation. Jeder Taucher muß in der Lage sein, in einer kritischen Situation (z. B. Ausrüstungsdefekt) den Partner sicher zur Oberfläche zu bringen. Jeder Taucher sollte diese Fertigkeit besitzen, und ein ständiges Üben ist erforderlich, um im Notfall automatisch reagieren zu können. Beim Notaufstieg mit Wechselatmung handelt es sich um eine sehr komplexe Übungsform, und so müssen gewisse Grundfertigkeiten bereits beherrscht werden. Zwingend vorausgesetzt werden müssen:

- Beherrschung des Umgangs mit der Tiererhilfe
- Wechselatmung

Weitere Voraussetzungen sind u. a. der Partnertransport und die Partnerrettung mit Erster Hilfe. Zur genauen Durchführung sei auf die Literatur verwiesen.

**!! Sicherheitshinweise !!**  
Partner ständig beobachten und kontrollieren, ob dieser beim Aufstieg kontinuierlich ausatmet (Gefahr eines Lungenüberdruckunfalls). Beachtung der maximalen **Aufstiegsgeschwindigkeit**.

## EINLEITUNG

(ca. 15 Minuten)

- Ausrüstung montieren und komplett anlegen
- 4 Bahnen mit DTG-Ausrüstung schnorcheln
- Partnerweise: 4 Bahnen tauchen mit Wechselatmung

## Zielgruppe:

10 weit fortgeschrittene Teilnehmer

## Trainingsstätte:

Schwimmbecken, Bereich 25m x 5m x 4-5m

**Dauer:** ca. 60 Minuten

## benötigtes Material:

ABC- und DTG-Ausrüstung

## HAUPTTEIL (ca. 30 Minuten)

- Erläuterung der Durchführung eines Notaufstiegs (Ablauf, Griffweisen, ...). Danach eigenständiges Wiederholen mit dem Partner am Beckenrand. Übungsleiter gibt Korrekturhinweise.
- Partner mit Tiererhilfe ohne Flossenbenutzung vom Grund bis an die Wasseroberfläche transportieren (je Partner 2 Durchgänge)
- Übung wie vorherige, nur mit Wechselatmung (Partnerkontrolle!). Je Partner 2 Durchgänge. Fortgeschrittene können in 3 Meter Tiefe einen kurzen Stop einlegen.
- Kombinationsübung mit Partner: Vom Grund einen Notaufstieg mit Wechselatmung bis zur Oberfläche durchführen, den Partner im Anschluß 2 Bahnen transportieren und an Land bringen. Je Partner 1 Durchgang.

**Anmerkung:** Bei allen Übungen mit Tiererhilfenbenutzung soll der Aufstieg durch Einblasen von Ausatemluft in die Tiererhilfe erfolgen.

## SCHLUSS

(ca. 10 Minuten)

DTG- und ABC-Ausrüstung am Beckenrand ablegen und 6 Bahnen locker schwimmen in beliebiger Schwimmlage  
Ver sorgen der Ausrüstung

## Verwendete Literatur:

Hoffmann, Uwe: Sporttaucher - Technisch-methodische Hilfen für die Anfängerausbildung. Sport-Fachverlag, 1995.

## Sporttaucher Video-Tip:

**Höhlentauchen in Mexiko**  
BVP ca. 45 Min., DM 39,95, ISBN Nr. 3-932743-17-2

Die Reise führt nach Yucatan / Mexiko. Abgelegen von den touristischen Pfaden findet man hier unberührte Landschaften und eine phantastische Unterwasserwelt. Ausgangspunkt ist das Aktun Diving Center (Tulum) verstaubte Cenoten (Süßwasserlöcher der Maya) im Dschungel der Welt größte Höhlensysteme. Unterirdisches Flußsystem, Tropfsteinhöhlen, Einblick in das kulturelle Schaffen der Maya, Opferrituale. Die Grundlagen des Höhlentauchens.

**Lebensraum Korallenriff**  
BVP ca. 48 Min., DM 39,95, ISBN Nr. 3-932743-73-3

In verständlicher Weise versuchen die Autoren Dirk Ritter und Dr. Volker Neumann die prinzipiellen Zusammenhänge eines Korallenriffs aufzuzeigen. Bei einem Tauchgang erzählt der Zuschauer Wissenswertes und Erstaunliches über die Tierwelt dieses Ökosystems. Artenreichtum und Lebensweise der Rifflbewohner werden anhand ausgewählter Beispiele aus den Tierstämmen Fische, Stachelhäuter, Weichtiere, Krabbe und Schwämme dargestellt. Info: Bavarian Video, Tel. 089 - 201 69 51; Fax: - 202 17 36

## Unterwasser-Fotografie

Das Video „Unterwasserfotografie“ ist ab sofort beim TSV/NRW erhältlich. Die Sektion Unterwasser Foto im TSV/NRW hat ein Lehrvideo erstellt, das hilft, den Umgang mit der Unterwasserkamera leicht zu erler-

nen. Es bietet entscheidende Hilfestellungen, um mit den Geräten umzugehen. Nach kurzer Übungszeit kann man gute Resultate erzielen. Sowohl Beginner, als auch anspruchsvolle Amateure erfahren auf diesem Video alles, um die Technik der Unterwasserfotografie einzusetzen. Preis: DM 49,- + DM 5,- Porto gegen V-Scheck bei TSV/NRW, Friedrich-Alfred-Str. 25, 47065 Duisburg  
Info: Detlef Danne, Tel./Fax 0 20 45 / 67 75

