Freediving Kurs **19./20.06.25**

Beschreibung:

Träumst du davon, die Unterwasserwelt zu erkunden? Hast du Lust herauszufinden, wie es ist, lange und tief mit nur einem Atemzug unter Wasser zu sein? Oder sehnst du dich einfach danach, den Kopf abzuschalten und in einem Moment zur Ruhe zu kommen? Dann mach den ersten Schritt mit dem Basic Freediver oder Freediver Kurs. Im Kurs wirst du lernen, wie du mit nur einem Atemzug ruhig unter Wasser bleiben und durch das Wasser gleiten kannst. Du wirst entdecken, wie viel du mit deinem Körper und der richtigen Technik schon während des Kurses verändern kannst. Denn du wirst lernen, deine natürlichen Fähigkeiten zu aktivieren und das Vertrauen in deinen Körper zu stärken.

An zwei spannenden Tagen zeigen dir Freediving Instructor Daniel Bichsel die Grundlagen des Freitauchens – von der richtigen Atmung über Tauchtechniken bis hin zu den wichtigsten Sicherheitsaspekten. Dabei steht immer eines im Vordergrund: Die Freude am und im Wasser zu sein und dich mit den richtigen Fähigkeiten auszustatten, damit du mit Leichtigkeit in die Welt unter Wasser eintauchen kannst.

Ablauf:

Am 19.06. lernst du die theoretischen Grundlagen und Atemtechniken, dazu treffen wir uns um 11 Uhr bei uns in der Tauchschule. Anschließend sind wir ab ca. 14.30 Uhr in Laupheim im Schwimmbad

Am 20.06. treffen wir uns um 10 Uhr am See.

Inhalte:

- Theorie des Freitauchens
- Atemtechniken, Vorbereitungsstrategien und Sicherheit
- Zeittauchen (Pool) mit Sicherheitstraining
- Streckentauchen (25m-Bahn im Pool) mit Sicherheitstraining
- Tieftauchen im See mit Sicherheitstraining

Im Preis enthalten:

- Online-Zertifizierung
- PADI eLearning
- Verleihhausrüstung

Kurspreis:

- 299 € für Freediver basic (Kurs nur 19.06. und nur im Schwimmbad)
- 374 € für den Freediver (Kurs am 19.+20.06. im Schwimmbad und am See)

Anmeldeschluss: 31.05.2025

Teilnahmevoraussetzung:

Gute Gesundheit, gute Schwimmfähigkeit, Erfahrungen im Schnorcheln sind hilfreich, aber nicht verpflichtend

Vorname, Name: _____ Geburtsdatum: _____

Anschrift: _____

E-Mail: _____ Telefon: _____

Mit meiner Unterschrift melde ich mich verbindlich zu oben genanntem Kurs an und erkläre mich mit den oben genannten Bedingungen einverstanden.

Anmeldeschluss: 31.05.25, Die Anmeldung wird erst nach vollständiger Bezahlung der Teilnehmergebühr gültig. Findet nur bei einer Mindestzahl von 6 Teilnehmer statt.

Datum und Unterschrift: _____