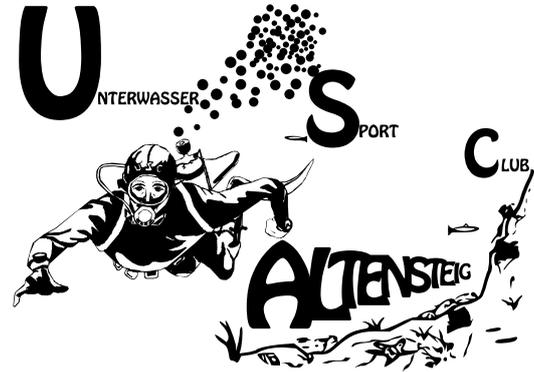


# Abnahmekarte



## Unterwasser Sport Club Altensteig e.V.

Breiter Weg 32  
72224 Ebhausen

Web: <http://www.usc-altensteig.de>

Email: [info@usc-altensteig.de](mailto:info@usc-altensteig.de)

## Deutsches Tauchsport Abzeichen

VDST - CMAS \*

Vorname, Name	
Tauchpass- Nummer	

<b>Voraussetzungen:</b>		
	Tauchtauglichkeitsuntersuchung	
	Theorie-Prüfung	
<b>ABC Übungen:</b>		
0.1	30sek. Zeittauchen (stetige Ortsveränderung)	
0.2	25m Streckentauchen	
0.3	3 x 2-5m Tieftauchen innerhalb 1 Minute	
0.4	20min Schnorcheln (min 500m, Lagen!)	
0.5	50m Schnorcheln, DTG-Taucher aus 2-5m retten, 50m abschleppen	
0.6	2x Springen mit DTG Ausrüstung aus ca. 0,5m	
<b>Geräte-Übungen:</b>		
1.1	Korrektes Ausrüsten	
1.2	„Wiederangeln“ des Atemreglers	
1.3	Maske abnehmen/ausblasen in 5m Tiefe	
2.1	Tarieren in 3 Tiefen	
2.2	5 UW Zeichen	
2.3	5m Antauchen + 5min 2. Regler	
2.4	Aufstieg unter Wechselatmung (Stopp auf 5m)	
3.1	Transportieren eines Verunfallten Tauchers	
3.5	Demo stabile Seitenlage/Schocklage	
3.3	Aufzählung Rettungskette	
4.1	Aufstieg aus 10m mit 1min Stopp auf 3m	
4.2	10min Schnorcheln in kompletter Ausrüstung	
4.3	Orientierung: einfache Unterwasser-Navigation	
5.0	Erschwerter Tauchgang (z.B. Nacht, Boot, Strömung, schlechte Sicht)	