

Kontrollbogen für:

GDL Freediving Indoor★★ / DTSA Apnoe Pool★★

GDL Freediving Outdoor★★ / DTSA Apnoe Freigewässer★★



Name, Vorname: _____

Straße und Nr.: _____

Land, PLZ und Ort: _____

Geburts-tag: _____ Mitgliedsnummer.: _____

Verein: _____ E-Mail: _____

Deine Daten werden gemäß §28 DSGVO gespeichert; die allg. VDST-Datenschutzklärung findest du unter www.vdst.de.

	Datum, Stempel, Unterschrift VDST-TL	
Alle Voraussetzungen wurden von mir geprüft und sind erfüllt.		
Teilnahme an AK HLW oder einem HLW-Kurs nicht älter als 1 Jahr wurde geprüft.		
Pool: AK Apnoe 1 Teilnahme wurde geprüft. Freigewässer: AK Apnoe 2 Teilnahme wurde geprüft.	Pool	Freigewässer
Die schriftliche Prüfung wurde bestanden.	Theorie Pool	Theorie Freigewässer
Alle Prüfungsteile sind komplett abgelegt.	Pool	Freigewässer

DTSA Apnoe Pool** - Übung Nummer	Datum, Stempel, Unterschrift VDST-TL
P 0.1 2:30 min Zeittauchen	
P 0.2 50 Meter Streckentauchen	
P 0.3 Demonstration der Sicherung beim Zeit- und Streckentauchen	
P 0.4 40 Min. Schnorcheln (Strecke min. 1000 m) 4 Lagen je 10 Min.	
P 0.5 Retten eines Apnoetauchers beim Streckentauchen; 50 m Transport (2x Transporttechniken) & Sicherung am Beckenrand	

DTSA Apnoe Freigewässer** - Übung Nummer	Datum, Stempel, Unterschrift VDST-TL
F 0.1 2:30 min Zeittauchen (Freigewässer)	
F 0.2 40 Meter Streckentauchen in 5 Meter Tiefe	
F 0.3 20 Meter Tieftauchen	
F 0.4 Demonstration der Sicherung beim Zeit- und Tieftauchen	
F 0.5 40 Min. Schnorcheln (Strecke min. 1000 m) 4 Lagen je 10 Min.	
F 0.6 Retten eines Apnoetauchers aus 8 bis 10 m Tiefe ; 25 m Transport & L/B	

Nichtzutreffende Prüfungsteile streichen.

Die vollständige Beschreibung der Übungen ist der aktuellen VDST DTSA-Ordnung zu entnehmen.