

1 Tauchphysik

Lfd. Nr.	Thema	Inhalte	Abschnitt im Buch
1.1	Physikalische Grundlagen	Basiseinheiten (SI - Einheiten), Atemminutenvolumen, Formelbenutzung	
1.2	Druck	Begriff, Definition, Wasserdruck, Luftdruck	1.3
1.3	Gesetz von Boyle-Mariotte	Zusammenhang von Druck und Volumen, Auswirkung für das Tauchen, luftgefüllte Hohlräume	1.3
1.4	Gesetz von Amontons (Gay-Lussac)	Zusammenhang von Druck und Temperatur (nur qualitativ)	1.3
1.5	Dekompression	Stickstoffaufnahme im Körper	1.5
1.6	Prinzip von Archimedes	Entstehung von Auf- und Abtrieb, hydrostatisches Gleichgewicht	1.1
1.7	Licht Sehen unter Wasser	Notwendigkeit der Tauchmaske, Größen-, Entfernungs- und Farbveränderung unter Wasser	1.2
1.8	Schall Hören unter Wasser	Auswirkung der veränderten Schallübertragung auf das Hören unter Wasser	1.2

2 Tauchmedizin

Lfd. Nr.	Thema	Inhalte	Abschnitt im Buch
2.1	Schädelhöhlen und Ohr	Lage der Schädelhöhlen, Aufbau des Ohres	2.1
2.2	Herz und Kreislauf	Aufbau des Herzens und des Blutkreislaufs, Arbeitsweise des Herzens, Arterien und Venen	2.2
2.3	Lunge und Atmung	Aufgabe der Atmung, Atemmechanik, Aufbau der Lunge	2.3
2.4	Barotrauma	Ursache, Auswirkungen und Vermeidung von Barotraumen bei Auge, Ohr (außer Innenohr), Schädelhöhlen, Zähne, Magen, Darm	3
2.5	Barotrauma der Lunge	Ursache, Auswirkung und Vorbeugung, Lungenüberdruckunfall	3.1
2.6	Druckausgleich	Durchführung des Druckausgleichs	Basic 4
2.7	Zusammensetzung der Atemluft	Anteile der Gase an der Ein- und Ausatemluft	4.1
2.8	Essoufflement	Ursache, Auswirkung und Vorbeugung, Unterwasser-Zeichen	4.2
2.9	Hyperventilation und Schwimmbad-Blackout	Apnoetauchen, Auswirkung von Hyperventilation, Verhaltensregeln	4.3
2.10	Verletzungen durch Meerestiere	Gefahren von Nesseltieren, Seeigeln, Erste Hilfe - Maßnahmen bei kleineren Blutungen	5
2.11	Notfallrettung	Rettungskette, Erste Hilfe, Herz-Lungen-Wiederbelebung	6
2.12	Dekompressionserkrankung	Ursachen, Symptome, Auswirkungen, Gefahren, Behandlung und Vermeidung	1.5
2.13	Wärmeabgabe beim Tauchen	Unterkühlung, Wärmeabgabe, Schutz vor Überhitzung	1.6

3 Tauchpraxis

Lfd. Nr.	Thema	Inhalte	Abschnitt im Buch
3.1	Grundregeln des Tauchens	“Tauche nie allein”, nie beim Aufstieg Atem anhalten, nie bei Erkältung tauchen, Briefing, Tauchplan, Empfehlungen zur Tauchgruppenezusammenstellung, Tiefenlimits, VDST-Sicherheitsstandards	Basic 9
3.2	Atmung beim Tauchen mit DTG	Mund-Nase-Koordination, richtige Bleimenge beim Tauchen, unterschiedliche Bleimenge in Süß- und Salzwasser, Atemregler heraus- und hineinnehmen, Tariieren und Halten eines Schwebezustandes	Basic 7
3.3	Mund-Nase-Koordination	Wasser-Nase-Reflex, Check, Übung	Basic 3
3.4	Druckausgleich	Erfordernis und Durchführung des Druckausgleichs	Basic 4
3.5	Unterwasser-Zeichen	Unterwasser-Pflichtzeichen und für Anfänger relevante Zusatzzeichen erkennen und geben können	Basic 5
3.6	Dekotabelle	Austauschregeln, Aufstiegsgeschwindigkeit, Begriffe und wichtige Definitionen wie z. B. Nullzeit	7
3.7	Rettung eines handlungsunfähigen Tauchers	Rettungsaktion von der Tiefe bis an die Oberfläche, Transport, Verbringen und Weiterversorgung an Land oder an Bord	6.4
3.8	Tauchgangsvorbesprechung	strukturierte Vorbesprechung mit den Abschnitten Mensch, Gewässer, Tauchgangsdurchführung und Ausrüstungscheck	Basic 10 Basic 11
3.9	Tauchgangsdurchführung	Einstieg, Checks, Abtauchen, Taucherlebnis, Unterwasser-Kommunikation, Auftauchen, Ausstieg	Basic 12
3.10	Tauchgangsnachbesprechung	Eindrücke, Lernfelder, Verbesserungen, Ausblick	Basic 13
3.11	Sprung ins Wasser mit DTG	Sicherheitsgrundsätze, Fußsprung vorwärts, Einstieg vom Schlauchboot, Zeichengebung.	10
3.12	Wechselatmung	Technik, Zeichengebung, statisch, Aufstieg	8
3.13	Atmung aus dem Zweitatemregler	Technik, Zeichengebung, Positionierung	8.1
3.14	Schnorcheln mit DTG	Technik, Atmung, Schnorchel	9
3.15	Atmen unter Wasser	Luftvorrat, Luftverbrauch, Tauchzeit, AMV	1.4

4 Ausrüstung

Lfd. Nr.	Thema	Inhalte	Abschnitt im Buch
4.1	Maske	Anforderungen und Pflege, unterschiedliche Maskentypen und Materialien	Basic 1.1
4.2	Schnorchel	Anforderungen und Pflege, unterschiedliche Schnorchelausführungen, Bedeutung von Länge und Durchmesser	Basic 1.1
4.3	Flossen	Aufbau, unterschiedliche Einsatzmöglichkeit	Basic 1.2
4.4	Kälteschutzanzug	Aufbau, Typen, Material, Pflege, notwendige Teile für das Tauchen in kalten Gewässern, Füßlinge, Handschuhe	Basic 2.1
4.6	Jacket	Mindestanforderung, Einsatzmöglichkeit, Funktion, Pflege	Basic 2.2
4.7	Bleigurt und Bleitaschen	Abwurfmöglichkeit, richtiges Anlegen	Basic 2.3
4.8	Instrumente	Erforderliche Instrumente (Uhr, Tiefenmesser, Unterwassermanometer, Tauchcomputer, Kompass)	Basic 2.4 Basic 2.5 Basic 2.6 Basic 2.8
4.9	Atemregler	Aufgabe des Atemreglers, Prinzip der Druckreduzierung, zweistufiger Einschlauchautomat, Pflege	Basic 2.7
4.10	Drucklufttauchgerät	Aufbau, Überprüfung, Lagerung, Transport	Basic 2.9
4.11	Tauchlampe	Bauarten von Tauchlampen	Basic 2.10
4.12	Taucherflagge, Signalboje	Form, Farbe, Anwendungsbereich, alte Form, Signalboje	Basic 2.11
4.13	Tauchermesser, Leinenschneider	Anforderungen an Messer und Schneidwerkzeuge	Basic 2.12
4.14	Montage des DTG	Montage des DTG mit Atemregler und Jacket, Systemcheck, Anlegen	Basic 6
4.15	Demontage des DTG	Demontage des DTG, Pflegen und Verstauen der Ausrüstung	Basic 8

5 Umweltschutz

Lfd. Nr.	Thema	Inhalte	Abschnitt im Buch
5.1	Tarierung	Schutz der Natur und die Einflüsse durch Tarieren	11
5.2	Verhalten am Tauchgewässer	Verhaltensregeln vor, während und nach dem Tauchen am Binnensee und Meer	11
5.3	Zehn goldene Regeln	Kennen, verstehen und anwenden	11
5.4	Aktiver und passiver Gewässerschutz	Unterlassen von Berühren, Füttern und Sammeln von Meerestieren	11