

# STC – Tauchsportfest

Am 30. April und 7. Mai 82 findet im Olympiabad unsere große Aktion gegen die Frühjahrsmüdigkeit statt. Alle Clubmitglieder können mitmachen. Keine Startgebühr - kein Wettkampf! Jeder ist Sieger, der die Leistungen der gewählten Stufe "Seepferdchen in Bronze, Silber oder Gold" schafft.

## Ablauf:

An den beiden Abenden des Sportfestes werden ca. 19 Stationen aufgebaut, von denen mindestens 14 erfolgreich absolviert werden müssen (ein kurzer theoretischer Test ist auch dabei, außerdem kann es nicht schaden, über die anderen Wasserbewohner etwas Bescheid zu wissen). Pro Übung habt Ihr 3 Versuche. Nicht erreichte Mindestleistungen z. B. für die Stufe Silber können durch bessere Leistungen (z. B. Gold) in anderen Übungen bzw. durch zusätzliche Auswahlübungen ausgeglichen werden. Die Auswahlübungen ermöglichen auch Clubkameraden, die nicht mit Gerät tauchen, die Teilnahme.

Die Übungen sind vorwiegend den bisherigen Leistungsnadelbedingungen entnommen. Anstelle der bisherigen Einzelabnahmen (zu denen sich selten jemand meldete) gibt es künftig als gemeinsamen Abnahmetermin das neue Sportfest!

Als Übungen sind vorgesehen:

		Schnorcheltauchen	Gerätetauchen
1. Abend	Muß	Streckentauchen (mit Bildersuche) Ring heraufholen und 1 Minute aus dem Wasser halten Schleifen binden Absinken durch Ausatmen Maske antauchen und leerblasen	
	Ausw.	Abtauchzirkel nach innen Abtauchzirkel nach außen Tauchen einer liegenden Acht	Tarieren mit der Rettungsweste Atmung aus der Rettungsweste NAUI-Rettung
2. Abend	Muß	Tauchslalom Transportschwimmen Zeittauchen	
	Ausw.	UW-Ball - Zielwurf auf Korb Gehen mit Bleigewicht	Wechselatmung Gerät antauchen

Die Reihenfolge der Abnahmen am jeweiligen Abend ist beliebig, damit an den einzelnen Stationen kein Gedränge entsteht.

Für alle Leistungsstufen sind die gleichen Übungen abzulegen. Sie unterscheiden sich nur in Bezug auf Strecke, Tiefe, Zeit oder Exaktheit der Ausführung.

Um allen Clubmitgliedern Gelegenheit zum Training zu geben, werden ab sofort jeden Freitag unter Anleitung eines Trainers 2 - 3 verschiedene Übungen angeboten.