

Merkblatt für Schnuppertauchen

Wir freuen uns darauf, zusammen mit Ihnen einen netten und interessanten Abend im Sport- und Freizeitbad **H2O** in Herford zu verbringen.

Durch die Anmeldung im H2O haben Sie bereits den ersten Schritt getan, um völlig neue Eindrücke zu gewinnen. Es ist schon ein Erlebnis der besonderen Art, selbst "nur im Schwimmbad" die Faszination von Ruhe und Schwerelosigkeit hautnah zu erleben.

Basierend auf unserer jahrelangen Erfahrung verstehen wir es, Ihnen auf sichere Art und Weise das Besondere an unserem Sport näher zu bringen.



Durch dieses Merkblatt erhalten Sie bereits im Vorfeld die wichtigen Informationen und Tipps, die zum Gelingen des Abends beitragen werden.

Gesundheitlich sollten Sie generell „fit“ sein - chronische Erkrankungen der Atemwege bzw. der Ohren führen zu einer Tauchuntauglichkeit. Vorheriger Alkoholgenuss oder Medikamenteneinnahme kann von uns nicht toleriert werden. Bei einer momentanen starken Erkältung sollten Sie uns vorher kontaktieren, so dass wir gegebenenfalls den Termin verschieben können.

Auf der Rückseite dieses Merkblattes finden Sie die **"Anmeldung zum Schnuppertauchen"**. Diese bringen Sie bitte bereits ausgefüllt zum Kursabend mit. Ihre Daten und Angaben werden wir gemäß Datenschutzgesetz vertraulich behandeln.

Wir treffen uns am vereinbarten Kurstermin um **20.30 Uhr** im Foyer des H2O (Eingangsbereich). Dort wird sich Ihnen unser Tauchlehrer kurz vorstellen und eine theoretische Einführung in das Tauchen - insbesondere das Gerätetauchen geben.

Anschließend gehen wir durch den Kassenbereich in das Bad und zum praktischen Teil des Abends über.

Jeder Teilnehmer benötigt lediglich übliche Badekleidung, Badeschlappen etc. Ein grosses Badetuch oder ein Bademantel für „nachher“ ist sehr angenehm. Wer bereits eigene Ausrüstungsgegenstände (Maske oder Flossen) besitzt, kann diese gerne mitbringen. Ansonsten wird die Ausrüstung von uns zur Verfügung gestellt.

Im Bad üben wir zuerst den Umgang mit der Tauchausrüstung im Lehrschwimmbecken. Hier ist mit einer Wassertiefe von ca. 1,40 m das Wasser ausreichend tief für die ersten Tauchversuche und dabei trotzdem so sicher, daß wir jederzeit stehend auftauchen können. Dann geht's rüber in das Sportschwimmbecken, wo wir in einer Wassertiefe von 2,00 - 3,80 m Gelegenheit haben, das **"schwerelose Schweben"** unter Wasser kennenzulernen. Besonderen Spass macht dabei auch das tauchen mit einem **Unterwasser-Scooter!**

Unser Tauchlehrer steht gerne für Informationen über unsere **Tauchkurse**, unsere **eigene Tauchbasis in der Türkei** und sonstigen **Tauchaktivitäten** sowie unsere **begleiteten** oder auch "nur vermittelten" **Tauchreisen** zur Verfügung.

Falls Sie jetzt noch Fragen haben, zögern Sie nicht und rufen Sie mich einfach an. Sie können mich persönlich Dienstags bis Freitags von 15.00 - 18.30 Uhr und Samstags von 9.00 - 13.00 Uhr unter **Tel. (0541) 38 80 02**, per **Fax (0541) 38 80 06** oder per **e-mail** unter **Academy@j-dive.info** erreichen.

J-DIVE ACADEMY - Jürgen Janning (staatlich anerkannter Tauchlehrer)