

<b>Kursvoraussetzungen</b>		Erfüllt	
		Datum ▲	TL ▲
1	Mindestalter 10 Jahre (Junior OWD) / 15 Jahre (OWD)		
2	Medizinische Selbstauskunft		
3	Verzichtserklärung		
4	Bei Minderjährigen: Erlaubnis des/der Erziehungsberechtigten		
5			

▼ KAP	<b>Theorie</b>	▼ Seite						
<b>Thema 1 - Einführung und Kursdurchführung</b>			1	2	3	4	5	6
1	Was ist NSC?							
2	Anforderungen an den Tauchschüler							
3	Kursbedingungen (Kosten, Formulare, Haftung, Versicherung)							
4	Kursumfang / Kursziele							
5	Ausrüstung für den Kurs							
6	Kursdurchführung und Termine							
<b>Thema 2 - Grundlagen der Tauchphysik</b>			1	2	3	4	5	6
1	Druck und Tiefe, Verhalten von Gasen							
2	Tarierung							
3	Geräusche							
4	Licht und Farben							
5	Temperatur							
<b>Thema 3 - Tauchausrüstung</b>			1	2	3	4	5	6
1	ABC- Ausrüstung							
2	Tarierungsmittel / Jackets							
3	Tauchanzüge / Kälteschutz							
4	Gewichtssysteme							
5	Tauchflaschen und Ventile							
6	Atemregler und Zubehör							
7	Sonstige alternative Luftversorgungen							
8	Tauchcomputer / Tauchtabelle, Tiefenmesser, Taucheruhr							
9	Sonstige Tauchausrüstung (Lampen, Messer, Schreibtafeln)							
10	Notfallausrüstung (Signalboje, Erste- Hilfe Kit, Sauerstoff)							
11	Logbuch							

KAP ▼	Theorie	Seite ▼							
<b>Thema 4 - Mögliche Probleme beim Tauchen</b>			1	2	3	4	5	6	
	1 Auswirkungen des zunehmendes Drucks								
	2 Auswirkungen des abnehmenden Drucks								
	3 Atmen von Gas unter Druck								
	4 Andere mögliche Probleme								
	5 Kaltwasser								
<b>Thema 5 - Unterwasserwelt und Umweltschutz</b>		▼	1	2	3	4	5	6	
	1 Wasser								
	2 Topografie								
	3 Aquatische Lebewesen (Flora und Fauna)								
	4 Wetterbedingungen								
	5 Erkundung neuer Tauchgebiete								
	6 Schützen und Bewahren der Unterwasserwelt								
	7 Gefahren								
<b>Thema 6 - Dekompressionstheorie und Tauchcomputer</b>		▼	1	2	3	4	5	6	
	1 Dekompressionstheorie und Verwendung von Tauchtabelle								
	2 Ermitteln der Nullzeitgrenzen für einen / mehrere Tauchgänge								
	3 Gefahren beim Überschreiten der Nullzeitgrenzen & Notverfahren								
	4 Richtiger Umgang mit Tauchtabelle / Tauchcomputer								
	5 Fliegen nach dem Tauchen								
<b>Thema 7 - Tauchgangsplanung und Durchführung</b>		▼	1	2	3	4	5	6	
	1 Tauchgangsplanung								
	2 Kommunikation unter Wasser								
	3 Hilfeverfahren								
	4 Empfohlene Tauchpraktiken, einschließlich Sicherheitsstopps								
	5 Tauchen vom Boot								
	6 Korrekter Gebrauch des Logbuchs								
	7 Lokale Tauchbestimmungen und Regeln								

CW	Begrenztes Wasser	Datum/TL						
			1	2	3	4	5	6
1 a	200 m schwimmen / 300 m schnorcheln (optional)							
1 b	15 m Streckentauchen (ohne Hilfsmittel)							
1 c	10 min Wassertreten (Kopf aus dem Wasser)							
2	Tauchgerät selbstständig montieren							
3	Buddy-Check							
4	Bleigurt herrichten, anlegen, korrigieren							
5	Korrektur Einstieg ins Wasser (drei Methoden)							
6	BCD: positiver Auftrieb an Wasseroberfläche mit Pressluft							
7	BCD: positiver Auftrieb an Wasseroberfläche mit Mund							
8	Wechsel Schnorchel zu Atemregler (Kopf unter Wasser)							
9	50 m schnorcheln an Wasseroberfläche (in voller Ausrüstung)							
10	Bleicheck an Wasseroberfläche							
11	Kontrollierter Abstieg OHNE Grundberührung							
12	Atemregler ausblasen (via Mund und Luftdusche)							
13	Wechsel primäre 2. Stufe gegen eigenen Oktopus							
14	Atemregler wiedererlangen (beide Methoden)							
15	Maske: halb fluten und entleeren							
16	Maske: vollständig fluten und entleeren							
17	Maske: unter Wasser absetzen, aufsetzen, entleeren							
18	Maske: unter Wasser absetzen, 30 Sek. stationär atmen							
19	BCD: neutrale Tarierung (Pivoting) mit Pressluft							
20	BCD: neutrale Tarierung (Pivoting) mit Mund							
21	Neutral tariert 25 m tauchen							
22	Handzeichen nutzen und erkennen, tauchen im Buddy-Team							
23	Tauchgerät unter Wasser ab- und anlegen							
24	Gewichtssystem unter Wasser ab- und anlegen							
25	Kontrollierter Aufstieg ohne vorherige Grundberührung							
26 a	Krampf lösen bei sich selbst							
26 b	Krampf lösen beim Buddy							
27	Kontrollierter Aufstieg mit Buddy (Oktopus)							
28	Kontrollierter Notaufstieg OHNE Buddy							
29	Inflatorschlauch unter Wasser ab- und ankoppeln							
30	30 Sekunden unter Wasser frei schweben (hovern)							
31	Maske: unter Wasser absetzen, 10 m neutral tariert tauchen							
32	Atmen aus abblasendem Atemregler (30 Sekunden)							
33	Anzeige des Fülldrucks und Überprüfung unter Wasser							
34	25 m Schleppen / Schieben des Buddys an Wasseroberfläche							
35	An Wasseroberfläche: Gewichtssystem, Tauchgerät an- / ablegen							
36	Abwurf des Gewichtssystems an Wasseroberfläche							
37	Korrektur Ausstieg aus tiefem Wasser							
38	Nach Abschluss: Tauchgerät selbstständig demontieren							
39	Bergen eines Schnorchlers aus max. 3 m Tiefe							
40	Bergen eines bewusstlosen Tauchers							

Demo / Übung / Beherrschung / Wiederholung

FW	Freiwasser	Datum/TL					
		1	2	3	4	5	6
1	Selbstständiger Tauchgangcheck						
2	Tauchgerät selbstständig montieren und überprüfen						
3	Bleigurt herrichten, anlegen, korrigieren						
4	Buddycheck						
5	Korrekturer Ein- und Ausstieg (lokalen Gegebenheiten anpassen)						
6	Bleicheck an Wasseroberfläche						
7	BCD: positiver Abtrieb an Wasseroberfläche mit Pressluft						
8	BCD: positiver Abtrieb an Wasseroberfläche mit Mund						
9	BCD: positiver Abtrieb an Wasseroberfläche mit Mund beim Buddy						
10	Wechsel Schnorchel zu Atemregler (Kopf unter Wasser)						
11	Kontrollierter Abstieg OHNE Grundberührung						
12	Anzeige des Fülldrucks und Überprüfung unter Wasser						
13	Atemregler wiedererlangen (beide Methoden)						
14	Maske: halb fluten und entleeren						
15	Maske: vollständig fluten und entleeren						
16	Maske: unter Wasser absetzen, aufsetzen, entleeren						
17	Neutral tariert unter Wasser schwimmen						
18	30 Sekunden unter Wasser frei schweben (Tariierung: Inflator)						
19	30 Sekunden unter Wasser frei schweben (Tariierung: Mund)						
20	Handzeichen nutzen und erkennen, tauchen im Buddy-Team						
21	Kontrollierter Aufstieg mit Sicherheitsstop						
22	Kontrollierter Aufstieg mit Buddy (Oktopus) und Sicherheitsstop						
23	Kontrollierter Notaufstieg OHNE Buddy						
24	Je 25 m schnorcheln mit Kompass (Kurs und Umkehrkurs)						
25	Je 25 m tauchen mit Kompass (Kurs und Umkehrkurs)						
26	Setzen einer Dekoboje						
27 a	Krampf lösen bei sich selbst						
27 b	Krampf lösen beim Buddy						
28	25 m Schleppen/Schieben des Buddys an Wasseroberfläche						
29	Tauchgerät unter Wasser ab- und anlegen						
30	Gewichtssystem unter Wasser ab- und anlegen						
31	Maske: unter Wasser absetzen, 10 m neutral tariert tauchen						
32	Atmen aus abblasendem Atemregler (30 Sekunden)						
33	An Wasseroberfläche: Gewichtssystem, Tauchgerät an- / ablegen						
34	Nach Abschluss: Tauchgerät selbstständig demontieren						
35	Unterwasserflora und -fauna						
36	Eintrag des Tauchgangs in Logbuch						

Demo / Übung / Beherrschung / Wiederholung

## Brevetierungsvoraussetzungen

	Erfüllt		
		Datum ▲	TL ▲
1 Kursvoraussetzungen erfüllt			
2 Theorie bestanden			
3 Praxis bestanden			
4 Laufliste zum Kursabschluss unterschrieben			
5 Kursgebühr gezahlt			
6 Zertifizierungsgebühr gezahlt			
7 Ärztliches Attest			

## Notizen/Anmerkungen

### Erklärung des Tauchschülers

*Ich bestätige, dass ich alle Leistungsanforderungen des OWD-Kurses erfüllt habe und mich an die NSC-Standards für sicheres Tauchen halten werde.*

**Unterschrift Schüler :** \_\_\_\_\_ **Datum :** \_\_\_\_\_

### Erklärung des Instructors

*Ich bestätige, dass der Tauchschüler die Leistungsanforderungen des OWD-Kurses zufriedenstellend erfüllt hat.*

**Stempel + Unterschrift Instructor :** \_\_\_\_\_ **Datum :** \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ **Datum :** \_\_\_\_\_