

# FREEDIVING

## Freitauchen / Freediving / Apnoe

Es gibt verschiedene Begriffe und Aussprachen, die zum Teil mit unterschiedlichen Zielsetzungen letztlich alle ein und dasselbe meinen: mit nur einem Atemzug abtauchen und die Unterwasserwelt erkunden.

In diesem Kurs erlernst Du den Einstieg in das „richtige“ Atmen und Abtauchen, Dynamic und Static sowie Sicherungs- und Rettungstechniken im Buddyteam.

Neben der praktischen Umsetzung werden auch elementare theoretische Inhalte vermittelt.

### Werde Pool Freediver

299,-€/Person

Theorie- und Poolausbildung (2 Termine)  
& 2 Freiwassersessions – Tiefenlimit 5m (1 Termin)  
inkl. benötigter Leihhausrüstung (ohne ABC)  
inkl. Lehrmaterial (Kurs Kit inkl. Brevetierung)

### Werde Freediver

359,-€/Person

Theorie- und Poolausbildung (2 Termine)  
& 4 Freiwassersessions – Tiefenlimit 20m (1 Termin)  
inkl. benötigter Leihhausrüstung (ohne ABC)  
inkl. Lehrmaterial (Kurs Kit inkl. Brevetierung)

Freitag	16.01.2026	19:30 – 22:00 Uhr	H2O Herford
Samstag	17.01.2026	06:30 – 10:00 Uhr	H2O Herford
Sonntag	18.01.2026	09:00 – 15:00 Uhr	See/Tauchturm

#### Upgrade Pool Freediver auf Freediver

Du hast bereits Deinen Pool Freediving Kurs absolviert?  
Erbringe nun nur noch die leistungsorientierten Anforderungen  
im Freiwasser und schon bist Du Freediver.

## VORAUSSETZUNGEN für den Tauchkurs

- ✓ Mindestalter: 10 Jahre / 12 Jahre
- ✓ Schwimmfähigkeit min. 200 m

Tauchausbildung nach Standards von



### Info und Anmeldung:

Tel: +49 541 38 80 02

shop@ivans-dive-team.de

www.ivans-dive-team.de



Ivan's Dive Team



ivans\_dive\_team



+49 541 38 80 16