



Einverständniserklärung – Probetraining

Ihre Unterschrift unter dieser Erklärung sowie das Ausfüllen der "Erklärung zum Gesundheitszustand" ist erforderlich, damit Sie am Probetraining teilnehmen können. Lesen Sie diese Erklärung genau durch und besprechen Sie alle Sachverhalte, die Sie nicht verstanden haben, mit Ihrem Übungsleiter, bevor Sie unterschreiben bzw. das Probetraining beginnen. Sind Sie minderjährig, müssen zudem alle Erziehungsberechtigten zusätzlich unterschreiben. Der Teilnehmer muss zum Zeitpunkt der Teilnahme am Probetraining grundsätzlich 10 Jahre alt sein.

Wassersport ist eine aufregende und anspruchsvolle Aktivität. Bei korrektem Verhalten und Anwendung der richtigen Techniken, ist es ein relativ sicherer Sport. Wenn Sie jedoch die bestehenden Sicherheitsregeln nicht befolgen, bestehen erhöhte Gefahren.

Personen mit einer Herzerkrankung, einer akuten Erkältung, Magen-Darm-Problemen, Epilepsie oder anderen ernsten gesundheitlichen Problemen, oder die unter Einfluss von Alkohol, Medikamenten oder Betäubungsmitteln stehen, dürfen nicht am Probetraining teilnehmen. Das Nichtbeachten der wichtigsten Sicherheitsregeln, betreffend der Atmung und des Druckausgleichs sowie die falsche Verwendung der Ausrüstung, kann zu ernsten Verletzungen führen. Deshalb müssen Sie vor dem Probetraining die wichtigsten Sicherheitsregeln und den sicheren Gebrauch der Ausrüstung von einem qualifizierten Übungsleiter erklärt bekommen. **(Bitte füllen Sie die Erklärung in Druckbuchstaben aus.)**

Ich (Name, Vorname),, geboren am:.....erkläre hiermit, ich habe heute vor dem Probetraining an einer ausführlichen Vorbesprechung des **1. Berliner Inklusions-Tauchclub e.V.** teilgenommen und den Zweck und die Wichtigkeit der Erklärungen in allen Einzelheiten verstanden. Ich bestätige, dass ich über die Risiken des Wassersports ausführlich informiert und beraten wurde, die folgendes beinhalten, ohne darauf beschränkt zu sein: Dekompressions-Krankheit, Lungenüberdehnungs-Verletzung, Ertrinken, Ohrenverletzung, Panik, andere ernste Verletzungen und Tod. Die nachfolgenden Themen wurden mit mir zu meiner Zufriedenheit erörtert, alle meine Fragen wurden mir ausführlich beantwortet.

- Für den Fall, dass ich am Probetauchen teilnehme, wurde mir der Gebrauch von Tauchmaske, Flossen, Tarierweste, Gewichtssystem, Atemregler und Finimeter, sowie das richtige Anpassen und Anlegen der Ausrüstung ausführlich erklärt. Die Regeln zum Atmen und die Techniken zum Druckausgleich wurden mir erklärt und mit mir praktisch vor dem Tauchgang geübt. Mir wurden folgende Handzeichen erklärt: "OK", "Abtauchen", "Druckausgleich durchführen", "Ich bekomme keine Luft", "Ich habe ein Problem" (mit Hinweis auf das Problem, z.B. ich habe einen Krampf, ich kann keinen Druckausgleich herstellen), "Ich will den Tauchgang sofort abbrechen und aufsteigen". Ich wurde ausdrücklich darauf hingewiesen, dass ich beim Abtauchen von der Oberfläche an gerechnet, pro zunehmende ca. 0,30 Meter Wassertiefe den Druckausgleich durchführen muss. Für den Fall, dass ich den Druckausgleich nicht herstellen kann oder Schmerzen im Ohr verspüre, muss ich sofort stoppen und dem Übungsleiter das vereinbarte Handzeichen dafür geben, dass ich ein Problem habe. Der Übungsleiter wird dann sofort mit mir zusammen zur Oberfläche aufsteigen. Mir wurde ausdrücklich erklärt, dass ich während des gesamten Tauchganges normal und ruhig ein- und ausatmen soll und zu keinem Zeitpunkt die Luft anhalten darf, da ich sonst ernsthafte Lungenüberdehnungs-Verletzungen bekommen kann. Während des gesamten Tauchganges darf ich den Lungenautomaten nicht aus dem Mund nehmen, die Tauchmaske nicht abnehmen und den Inflatorschalter meiner Tarierweste nicht betätigen. Ferner muss ich mit dem Übungsleiter ständig Blickkontakt halten und darf mich seinen Anweisungen nicht widersetzen. Ich darf die maximale Aufstiegs geschwindigkeit von ca. 6m/Min. nicht überschreiten, da ich sonst eine Dekompressions-Krankheit bekommen kann.
- Für den Fall, dass ich am Apnoetauchen teilnehme, verpflichte ich mich, dass ich mich an die Regeln zur sicheren Durchführung von Apnoe-Übungen beim Hallenbadtraining halte, die mir in einem gesonderten Merkblatt zur Kenntnis gebracht wurden.

Straße,Nr.: PLZ: Wohnort:

Telefon: Mobil: Email:

Datum Unterschrift, Schnuppertaucher

Datum Unterschrift der Eltern, Erziehungsberechtigten

Kontaktinformation für den Notfall

Name: Telefon: Beziehung zu dieser Person (Eltern, Arzt etc.)

Wie haben Sie von diesem Probetraining erfahren durch: ☐ Radio ☐ Zeitung ☐ Gelbe Seiten ☐ Internet

☐ Freunde/Bekannte ☐ andere

Wünschen Sie zukünftig, widerruflich von uns Informationen zum Thema "Tauchen"? ☐ JA, ☐ NEIN,

Unterschrift



Medizinischer Fragebogen für Teilnehmer am Probetraining

(Wird vertraulich behandelt)

Der nachfolgende medizinische Fragebogen dient dazu herauszufinden, ob Sie sich vor der Teilnahme am Probetraining ärztlich untersuchen lassen sollten. **Bitte beantworten Sie die folgenden Fragen zu Ihrem momentanen bzw. vergangenen Gesundheitszustand mit JA oder Nein.** Eine mit "JA" beantwortete Frage muss Sie nicht unbedingt vom Probetraining ausschließen. Eine mit "JA" beantwortete Frage gibt Aufschluss über einen Zustand, der Ihre Sicherheit beim Tauchen beeinträchtigen könnte. Zu diesem Zweck wird Ihnen vom Übungsleiter eine tauchsportärztliche Untersuchungsstelle genannt.

Sollten Sie eine oder mehrere Fragen nicht beantworten, können Sie am Probetraining leider nicht teilnehmen.

Bitte in Druckschrift ausfüllen!

Ich (Name, Vorname) geboren am:

Wohnanschrift: E-Mail

gebe die nachstehende Erklärung ab (bei Minderjährigkeit füllt der Erziehungsberechtigte den Fragebogen aus):

- | | |
|---|--|
| ☐ Könnte es sein, dass Sie schwanger sind? | ☐ häufige oder starke Reisekrankheit (Boot, Auto usw.), |
| ☐ Nehmen Sie gegenwärtig verordnete Medikamente (mit Ausnahme von Anti-Konzeptiva oder Malaria-Prophylaxe)? | ☐ Ruhr oder Entwässerung mit notwendiger medizinischer Versorgung, |
| ☐ Sind sie älter als 45 Jahre und erfüllen Sie einen der folgenden Punkte? <ul style="list-style-type: none">• Raucher/in von Pfeife, Zigarren oder Zigaretten.• Sie haben einen erhöhten Cholesterin-Spiegel.• Sie haben in der Familie Vorkommnisse von Herzinfarkt oder Schlaganfall.• Sie befinden sich momentan in ärztlicher Behandlung.• Sie haben einen erhöhten Blutdruck.• Sie leiden an Diabetes Mellitus, auch wenn diese nur durch Diät unter Kontrolle ist. | ☐ irgendein Tauchunfall oder Dekompressions-Krankheit |
| ☐ Hatten Sie in der Vergangenheit oder leiden Sie momentan an einer der nachfolgenden Krankheiten?
Asthma, Atembeschwerden, oder Atembeschwerden bei körperlicher Anstrengung, | ☐ Unfähigkeit, mäßige Körperübungen zu erfüllen (z.B. 1,6 km in 12 Minuten zu gehen), |
| ☐ häufige oder ernste Anfälle von Heuschnupfen bzw. Allergien, | ☐ Kopfverletzungen innerhalb der letzten 5 Jahre mit Bewusstseinsverlust, |
| ☐ häufige Erkältungen, Nebenhöhlenentzündungen, Bronchitis, | ☐ immer wieder auftretende Rückenbeschwerden, |
| ☐ irgendeine Form einer Lungenerkrankung Pneumothorax (Luftansammlung im Pleuraraum), | ☐ chirurgische Eingriffe im Bereich des Rückens oder der Wirbelsäule, |
| ☐ Erkrankungen oder chirurgische Eingriffe im Bereich des Brustkorbes, | ☐ Diabetes |
| ☐ körperliche oder psychische Probleme in Form von Panik, Platzangst oder Angst in geschlossenen Räumen, | ☐ Probleme an Rücken, Arme oder Beinen in Folge chirurgischer Eingriffe, Verletzungen oder Brüchen, |
| ☐ Epilepsie, Anfälle, Krämpfe, oder nehmen Sie Medikamente dagegen, | ☐ hoher Blutdruck oder nehmen Sie Medikamente zur Kontrolle des Blutdrucks, |
| ☐ wiederholt auftretende massive migräneartige Kopfschmerzen, oder nehmen Sie Medikamente dagegen, | ☐ Herzkrankheiten, |
| ☐ Ohnmachtsanfälle (gänzlich oder teilweiser Verlust des Bewusstseins), | ☐ Herzanfälle (Infarkte), |
| | ☐ Angina pectoris, chirurgische Eingriffe am Herz oder an Blutgefäßen, |
| | ☐ chirurgische Eingriffe an Nebenhöhlen, |
| | ☐ Ohrenkrankheiten oder -operationen, Gehörverlust oder Gleichgewichtsstörungen, |
| | ☐ wiederholte Ohrenprobleme, |
| | ☐ Blutungen oder andere Blutprobleme, |
| | ☐ Weichteilbrüche (Leisten, Nabel, Lenden, Zwerchfell), |
| | ☐ Geschwüre oder operativ entfernte Geschwüre, |
| | ☐ künstlicher Darmausgang (Colostomie oder Ileostomie), |
| | ☐ Einnahme von sportlichen Aufbaupräparaten oder Behandlung wegen Alkoholproblemen in den letzten 5 Jahren. |

Hiermit erkläre ich, dass die vorstehenden Angaben zu meinem Gesundheitszustand korrekt sind und mit bestem Wissen und Gewissen erfolgten. Ich übernehme die Verantwortung für unterlassene Angaben zu meinem vergangenen oder gegenwärtigen Gesundheitszustand und die daraus resultierenden Folgen beim Probetraining des 1. Berliner Inklusions-Tauchclub e.V.

.....
Datum, Unterschrift, Teilnehmer

.....
Datum, Unterschrift der Eltern/ Erziehungsberechtigten