

Freitauch-Kurs mit Christian Redl

12.-13.Juni 2010

Veranstalter: VSK Moorteufel
Ort: Osterholz-Scharmbeck
Kosten: 125,00 / 95,00 € pro Erwachsene/Jugendliche
inkl. Lehrbuch von Christian Redl, Essen und Getränke beim Kurs
Anmeldung: www.info@ohz-tauchen.de



Christian Redl zählt zu den bemerkenswertesten Extremsportlern, die es zur Zeit auf der Welt gibt.

Am 06.Februar 2010 stellte er seinen eigenen Weltrekord im Freitauchen unter Eis ein. Ab jetzt heißt der neue Weltrekord „100 Meter unter Eis“.

Im **theoretischen Teil** erfährt man alles über die Geschichte des Freitauchens, die Freitauchdisziplinen, die korrekte Ausrüstung, Rettungstechniken und die richtigen Atem- und Entspannungsübungen.

Der **praktische Teil** befasst sich mit den korrekten Techniken für das Zeit-, Strecken- und Tieftauchen

Weitere Infos unter: www.ohz-tauchen.de www.christianredl.com