

Trainingslager TCDM



Orientierungstauchen
Flossenschwimmen
Tauchausbildung

Tauchersee, Rothenburgstraße 55, 99734 Nordhausen

**Anreise: Samstag früh – Treffpunkt Geräteraum Gasanstaltstraße
gemeinsame Anreise nach Einpacken
Fahrgemeinschaft aller Teilnehmer oder ggf. individuell**
**Abreise: Sonntag (der Folgeweche) mittag – zurück zum Geräteraum
danach noch gemeinsam Auspacken**

Das alljährige Trainingslager findet in gewohnter Weise auf dem Gelände des Tauchclub Neptun Nordhausen statt.

Die Unterkunft erfolgt im eigenen Zelt (bitte an Schlafsack, Isomatte, Kissen denken). Das Gelände gehört dem TC Neptun Nordhausen. Es hat einen eigenen Zugang zum See und ist komplett eingezäunt. Fremde haben keinen Zutritt. Eine Küche, Dusche und zwei Toiletten in einem festen Gebäude sind für uns alleine reserviert. Die Nutzung der überdachten Terrasse für die Mahlzeiten erfolgt gemeinsam mit dem TC Neptun. Frühstück, Vesper und Abendbrot werden frisch gekauft und zubereitet. Mittagessen wird angeliefert. Tee, Wasser und Saft werden gestellt. Persönliche Getränke etc. können vor Ort gekauft werden.

Ärztliche (Tauch-)Untersuchung, Tauchpass (Mitgliedsbeitrag) und Krankenkassenkarte müssen bei der Anmeldung vorgelegt werden. Der Tagesablauf ist streng durchorganisiert und eine Mitwirkung aller Teilnehmer je nach Aufgabenverteilung Bestandteil des Trainingslagers. Dies schließt die Mithilfe bei der Essenszubereitung und dem Tischdienst (1 Tag „Bakschaft“) mit ein.

Der Tagesablauf setzt sich wie folgt zusammen:

- 07:00 Wecken + Frühsport
- 08:00 Frühstück
- 09:00 erste Trainings-/ Ausbildungseinheit
- 12:00 Mittag
- 13:00 Mittagspause (freie Gestaltung)
- 14:30 Vesper
- 15:00 zweite Trainings-/ Ausbildungseinheit
- 18:00 Abendbrot

Die Teilnahmegebühr beträgt: ca. 100,00 € pro Person

Die Verpflegung erfolgt von: Samstag Mittag bis: Sonntag Mittag

Teilnahmeerklärung und Einverständniserklärung für Jugendliche unter 18 Jahre sind spätestens am Tag der Anreise bei der Anmeldung abzugeben.

Trainingslager TCDM



Was?

5-Punkte-Kurs (OTmOP)
Wende / M-Kurs (OToOP)
Mannschaftsorientierung Karte (MONK)
Mannschaftstreffübung (MTÜ)
Schall-OT
Nacht-OT
Orientierung mit Armkompass
Hobbytauchen
Ausbildung OT & VDST-CMAS * (Bronze-Tauchschein)
Flossenschwimmen + Schlauchboot fahren
Frühsport + Volleyball + Tischtennis + Knotenbahn
geselliges Beisammensein + Lagerfeuer + Grill

vorher erledigen:

gültige (Tauchtauglichkeits)Untersuchung (max. 1 Jahr)
Krankenkassenkarte (Wo versichert? Bei wem versichert?)
Nachweis über gezahlten Versicherungsbeitrag (Tauchpass)

mitzubringen:

für Lager:

ca. 100,- Euro Lagerkosten
Zelt + Iso-Matte + Schlafsack
Kopfkissen (+ Kuscheltier)
Stuhl (besser kein Hocker)
Tasse + tiefer Teller + Brett + Besteck
Sportsachen, (warme) Bekleidung für ein Woche,
Wechselsachen
Regenbekleidung + Gummistiefel
Badesachen + Handtücher + Sonnencreme
Waschzeug, evtl. nötige Medizin (Heuschnupfen, ...)
Naschereien + Getränke für den (abendlichen) Eigenbedarf
Buch + Kartenspiel, etc. zur Beschäftigung
Tischtennis-Schläger + Volleyball (wenn vorhanden)

für OT:

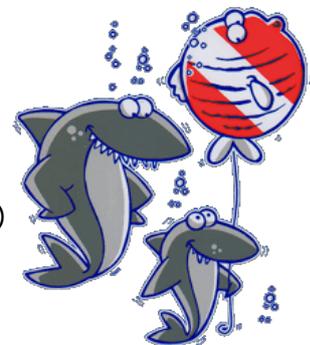
eigenes OG + Koffer (wenn vorhanden)
Schreibzeug + Taschenrechner + OT-Buch
Wettkampf- + Gummiflossen + Mittelschnorchel
OT-Anzug/ -hose + Kopfhaube + OT-Maske + Bleigurt
Regler + MONK-Platte (wenn vorhanden)

für Nacht-OT:

wasserdichte Taschenlampe

für Tauchen:

Logbuch + Wollmütze
Hobbytauchzeug
(Regler, Jacket, Bleigurt, Anzug)



Trainingslager TCDM



Einverständniserklärung

1. Hiermit gebe ich mein Einverständnis zur Teilnahme meines Kindes

.....
am Trainingslager des TCDM in Nordhausen

2. Adresse der Mutter / Vater / Erziehungsberechtigten
(Anschrift, wo Sie während der Zeit im Notfall zu erreichen sind)

.....
.....
.....

Tel:

3. Bei welcher Krankenkasse ist Ihr(e) Sohn / Tochter versichert?

.....
über.....

4. Worauf ist besonders zu achten? (Medikamente, Allergien/
Nahrungsmittelunverträglichkeiten, Hitzeempfindlichkeit...)

.....

5. Ich versichere, dass meine Tochter / mein Sohn an keiner ansteckenden
Krankheit leidet.

Hiermit bestätige ich, diese Information sorgfältig durchgelesen zu haben
und versichere die Richtigkeit aller gemachten Angaben.

.....
Unterschrift der Eltern

.....
Unterschrift des Mitgliedes

.....
Ort, Datum

Trainingslager TCDM

Bade- und Taucherlaubnis

(unbedingt extra unterschreiben!)



Hiermit erlaube ich:

.....

meinem Kind:

.....

dass er/sie unter Aufsicht

a) Baden gehen darf

- Ja
- Nein

b) Tauchen¹ gehen darf

- Ja
- Nein

.....
Unterschrift der Eltern

.....
Ort, Datum

¹ Jugendliche ohne Tauchschein bis max. 6m Tiefe unter schwimmbadähnliche Konditionen,
Jugendliche mit Tauchschein entsprechend ihre Qualifikation