



Sicherheitsinformationen für Schnorchler

Die Unterwasserwelt ist sehr aufregend und schön.
Doch sie kann gefährlich sein, wenn Sie nicht den Anweisungen
Ihres Schnorchelaufsehers oder Schnorchellehrers folgen.

- Wenn Sie nicht schwimmen können, oder noch niemals geschnorchelt sind, oder wenn Sie irgendwelche Bedenken haben, dann wenden Sie sich an Ihren Schnorchelaufseher oder Schnorchelführer ehe Sie ins Wasser steigen
- Bitte bedenken Sie, dass Schnorcheln auch in ruhigem Gewässer körperlich anstrengend sein kann
- Es stehen Schwimmhilfen für Sie zur Verfügung
- Folgen Sie den Anweisungen Ihrer Schnorchelaufseher und Aufsichtspersonen
- Schnorcheln Sie mit einem Schnorchelpartner
- Bleiben Sie immer in einem Bereich, in dem Ihr Aufseher oder Lehrer Sie gut im Auge behalten kann
- Zur Vermeidung von Sonnenbrand sollten Sie Sonnenschutzmittel auftragen und geeignete Bekleidung tragen
- Bitte füllen Sie das Gesundheitszustandsformular aus, das Ihnen ausgehändigt wird

Schnorchelumgebung

- Beachten Sie sorgfältig die Umgebung in der Sie schnorcheln werden. Achten Sie mit Hilfe des Schnorchelaufsehers oder Schnorchellehrers auf Schifffahrtskanäle, Meerestiere, Wind- und Gezeitenstärke und deren Richtung
- Ermitteln Sie die örtliche Lage von im Wasser schwimmenden Gegenständen wie z.B. Bojen und Rastplattformen

Umgang mit Problemen

- Schnorcheln kann auch in ruhigem Gewässer körperlich anstrengend sein und kann zu einem erhöhten Gesundheits- und Sicherheitsrisiko für Personen führen, die folgende Beschwerden haben:
 - (i) Gesundheitsbeschwerden, die durch körperliche Anstrengung verschlimmert werden, wie z.B. Herzerkrankung, Asthma, und manche Lungenbeschwerden
 - (ii) Gesundheitsbeschwerden, die zu Bewusstlosigkeit führen können, wie z.B. manche Formen von Epilepsie und manche Diabetes-Symptome
 - (iii) Asthma kann durch kaltes Wasser oder Salzwassernebel herbeigeführt werden
 - (iv) Man sollte der wachhabenden Person, dem Schnorchelaufseher oder dem Schnorchelführer mitteilen, wenn man irgendwelche Bedenken wegen seines Gesundheitszustandes hat
- Die Wahrscheinlichkeit, diagnostizierte oder nicht diagnostizierte Gesundheitsbeschwerden zu haben, die durch körperliche Anstrengung verschlimmert werden, wie z.B. Herzerkrankungen und Schlaganfall, ist für ältere Personen größer
- Es wird empfohlen, das Schnorcheln neben einer Plattform, einem Boot, bzw. in seichtem Gewässer zu üben, ehe man in tieferes offenes Wasser schwimmt
- Berücksichtigen Sie beim Schnorcheln Ihre eigenen Grenzen. Tragen Sie im Zweifelsfalle eine Schwimmhilfe
- Achten Sie darauf, wo sich die zur Verfügung stehenden Schwimmwesten, Nasstauchanzüge, bzw. andere Schwimmhilfen befinden, die von Schnorchlern verwendet werden können
- Lernen Sie, wie Sie mit Aufsehern und anderen Schnorchlern per Handzeichen kommunizieren, damit Sie wissen, wann Sie zum Boot zurückkehren sollen, und damit Sie mitteilen können, wenn Sie Hilfe benötigen
- Lernen Sie, wie Sie Ihr Gesicht aus dem Wasser heben und über Wasser halten
- Lernen Sie das Partner- oder Paarsystem, wobei zwei Schnorchler immer darauf achten, dicht in der Nähe des anderen zu bleiben, und die Sicherheit des anderen im Auge zu behalten
- Trinken Sie vor dem Schnorcheln keinen Alkohol

Wenn Sie beabsichtigen, die Luft anzuhalten und unter die Wasseroberfläche zu tauchen

- dann bedenken Sie das Risiko. Dies kann zu Bewusstlosigkeit, ernsthafter Verletzung und Tod führen
- Das Risiko ist umso größer für Taucher, die hyperventilieren indem sie wiederholt (mehr als drei oder vier mal) tief durchatmen, ehe sie unter die Wasseroberfläche tauchen, oder tief hinabtauchen

Bitte wenden Sie sich an Ihren Schnorchellehrer oder Ihren Schnorchelaufseher, wenn Sie irgendwelche Fragen haben.



Sicherheitsinformationen für Schnorchler

MITTEILUNG FÜR ZUKÜNFTIGE FREIZEITSCHNORCHLER BEZÜGLICH GESUNDHEITSBESCHWERDEN

GESUNDHEITZUSTANDSERKLÄRUNG - FREIZEITSCHNORCHLER

Ich (Name in Druckschrift)..... erkläre, dass mir mitgeteilt wurde, dass Schnorcheln körperlich anstrengend sein kann, und ein erhöhtes Risiko für meine Gesundheit und Sicherheit darstellen kann, wenn ich folgende Beschwerden habe:

A. Beschwerden, die durch körperliche Anstrengung verschlimmert werden können.

Zum Beispiel Herzerkrankungen, Asthma, manche Lungenbeschwerden

B. Beschwerden, die Bewusstlosigkeit zur Folge haben können.

Zum Beispiel manche Formen von Epilepsie und manche Diabetes-Symptome

C. Asthma kann durch kaltes Wasser oder Salzwassernebel herbeigeführt werden

Mir wurde mitgeteilt, dass Schnorcheln auch in ruhigem Gewässer körperlich anstrengend sein kann, und dass ältere Personen aufgrund öfter auftretenden Gesundheitsbeschwerden, die durch körperliche Anstrengung verschlimmert werden, wie z.B. Herzerkrankung und Schlaganfall, einem erhöhten Todes- und Verletzungsrisiko ausgesetzt sind.

Mir wurde mitgeteilt, dass ich der wachhabenden Person, dem Schnorchelaufseher, oder dem Schnorchelführer mitteilen muss, wenn ich irgendwelche Bedenken über meinen Gesundheitszustand habe.

Unterschrift _____

Datum _____

Im Falle von Minderjährigen: Unterschrift eines Elternteils oder Vormunds _____

Hinweis:

Personen mit Gesundheitsbeschwerden und älteren Personen, die beabsichtigen zu schnorcheln, wird folgendes empfohlen:

A) Schnorcheln Sie in einem Bereich, in dem für die wachhabende Person bzw. für den Schnorchelaufseher eine bessere Aufsicht möglich ist.

B) Tragen Sie eine Schwimmhilfe, die eine Person im entspannten Zustand auf dem Wasser trägt.

C) Schnorcheln Sie mit einem Schnorchelpartner.