

Zeitschrift: Pestalozzi-Kalender

Herausgeber: Pro Juventute

Band: 81 (1988)

Artikel: Tauchen : ein sportliches Vergnügen

Autor: Daniotti, Reno

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-990045>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 21.02.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Tauchen — ein sportliches Vergnügen

Erinnert ihr euch, wie ihr früher in der Badewanne die Nase zugeklemmt und dann den Kopf unter Wasser gesteckt habt? Oder wie ihr, ebenfalls mit der Hand an der Nase, in der «Badi» senkrecht ins Wasser gesprungen seid, um möglichst lange unten zu bleiben?

Sicher sind das eure ersten Taucherfahrungen gewesen, und vielleicht haben sie den Wunsch geweckt, einmal richtig tauchen zu lernen, zumal immer wieder Filme und Fotos von den Schönheiten der Welt unter Wasser berichten.



Zum Freitauchen genügen bereits ein Schnorchel, eine Brille und Flossen im Badesack.

Es gibt grundsätzlich zwei Arten von sportlichem Tauchen: das Freitauchen (Schnor-

cheln) und das Gerätetauchen mit Tauchanzug, Druckflasche, Bleigurt, Rettungsweste, Tie-

fenmesser und anderen Hilfsmitteln. Für die Ausbildung zum Gerätetaucher ist ein Mindestalter von 16 Jahren und die Beherrschung des Freitauchens nötig. Beschränken wir uns hier als Anfänger auf das Schnorcheln. Erst neuerdings gibt es auch Kurse für jüngere Mädchen und Buben.

Wer darf tauchen?

Jeder gesunde Mensch, der sich im Wasser wohlfühlt und schwimmen kann. Er darf aber keine Kreislauferkrankungen oder Störungen der Atemwege haben, Trommelfell und Gehörgang müssen intakt sein. Meist wird bei Kursbeginn ein ärztliches Zeugnis verlangt.

Tauchen soll man bei einem Tauchlehrer lernen. Das kann in Tauchschulen oder -basen geschehen. Kurse führen die Schweizerische Lebensrettungsgesellschaft (SLRG) oder die amerikanischen Tauchlehrer-Organisationen PADI und NAUI durch (siehe auch Kasten).

Die Anforderungen für Anfänger sind unterschiedlich. Die SLRG verlangt ein Mindestalter von elf Jahren und das Jugend-Rettungsschwimmabrevet, bei PADI und NAUI — sie arbeiten

nach dem Motto «Sicherheit + Plausch» kann man sich schon mit acht Jahren bewerben. Allerdings soll der Schüler bereits eine gewisse Verantwortung tragen können, ähnlich wie wenn man ihm z. B. ein kleines Kind zum «hüten» anvertraut. Er muss ja auch auf seine Tauchpartner aufpassen, denn tauchen soll man nie im Alleingang!

Basis: ABC-Brevet

Das ABC des Tauchens beginnt mit der ABC-Ausrüstung: Maske, Schnorchel und Flossen. Ihr Preis variiert zwischen 50 und 75 Franken. Es ist ratsam, sich vor dem Kauf vom Tauchlehrer beraten zu lassen. Mit dieser ungewohnten Ausstattung muss der Schüler zuerst einmal zurecht kommen. Er lernt mit den Flossen schwimmen (Brustcrawl und Rückencrawl), wobei nur die Beine benutzt werden, während die Hände seitlich am Körper anliegen. Eine beliebte Stilart ist der «Delphin», bei dem der Körper wellenartig durch das Wasser gleitet; auch hier fehlt der Einsatz der Arme. Beim Schwimmen mit Flossen sollen die Beine die Wasseroberfläche nicht durchstossen:



Es macht besonders Spass, sich im Freitauchen in unseren Seen in drei Dimensionen bewegen zu können.

Spritzen verboten...

Eine nächste Lektion behandelt das Abtauchen, sei es als Strecken- oder Tieftauchen.

Der Schüler lernt das Verweilen auf dem Grund und wie er z. B. die Maske — falls Wasser eingedrungen sein sollte — mit Ausblasen wieder verwendbar machen kann. Ein geübter Freitaucher vermag bis zu 60 Sekunden ohne Atemluftnachschub unter Wasser zu bleiben.

Beim Auftauchen gilt es vor allem rechtzeitig allfällige Hindernisse — z. B. Boote — über der Wasserfläche zu orten. Am gefährlichsten für den Taucher sind die Surfer, weil sie rasch und lautlos daherkommen. Sprünge von einem Steg oder Schiff aus gehören ebenfalls zur Grundausbildung, ebenso die Verständigung unter Wasser mittels Handzeichen.



Vom Reiz des Freitauchens

Auch ohne «Expeditionen» in die Gewässer eines Meerstrandes mit ihrer farbenprächtigen

Flora und Fauna bietet Freitauchen in unseren Seen viel Faszination. Es macht Spass, sich in drei Dimensionen bewegen zu können. Wenn das Wasser

im Frühling oder Herbst besonders klar ist, kann man auf dem Grund Fische, Krebse und Pflanzen beobachten, wie man sie sonst nie sehen kann. Und habt ihr gewusst, dass

man unter Wasser auch sportliche Spiele austragen kann? Eine Art Rugby, zum Beispiel oder gruppenweise Geschicklichkeitsübungen wie das Zusammensetzen eines

Zu den wichtigsten Punkten der Taucherausbildung gehört das Verhüten von Unfällen, die Rettung eines in Schwierigkeiten geratenen Partners.



Puzzles, das Zusammenfügen verschiedener Schrauben und Muttern usw. Der Phantasie sind da keine Grenzen gesetzt — nur jene der Sicherheit. Zu den wichtigsten Punkten der Taucherausbildung gehört natürlich das Verhüten von Unfällen, die Rettung eines in Schwierigkeit geratenen Partners, erste Hilfe und Wiederbe-

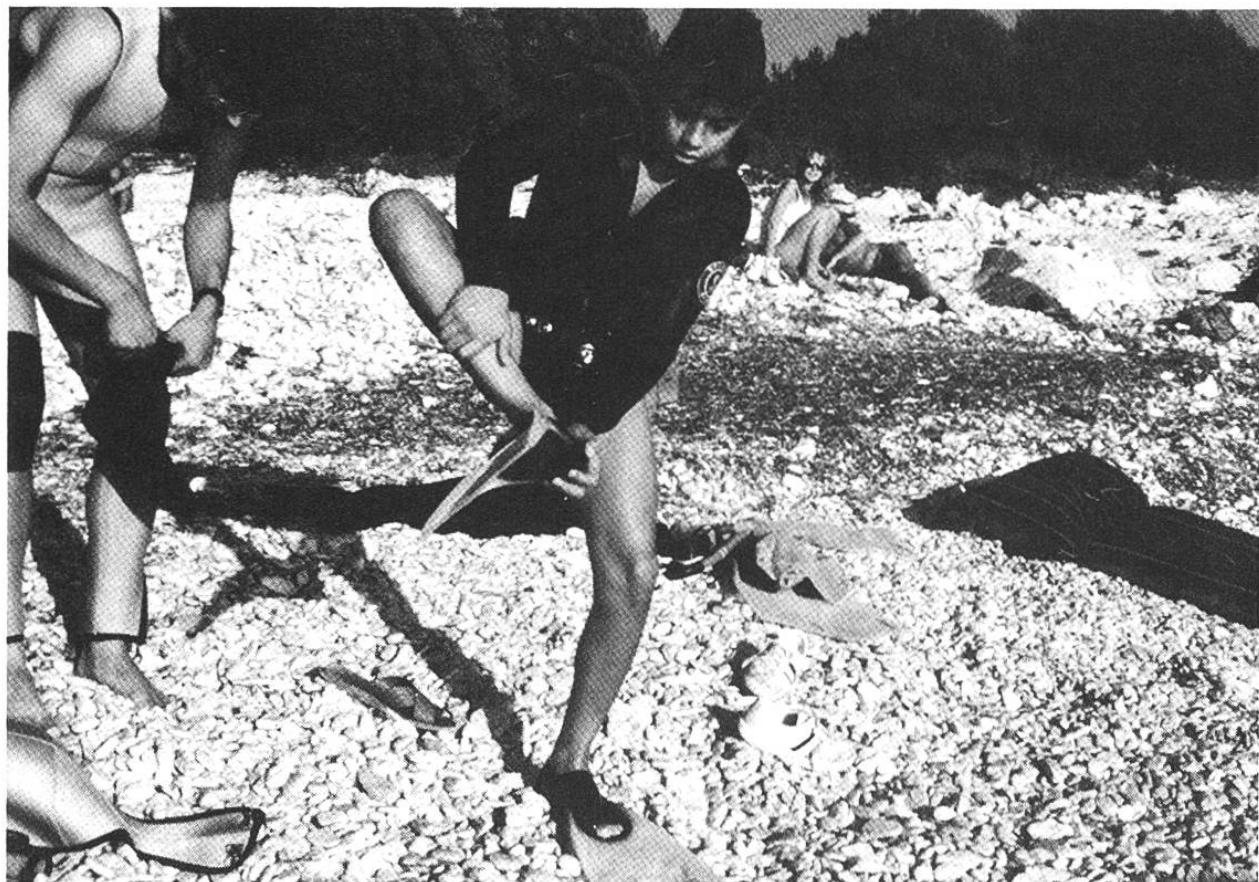
lebungsbemühungen, z. B. die Beatmung unter Wasser. Bei zwei wöchentlichen Trainingsabenden und einigen zusätzlichen Übungsstunden sollte der Kandidat in der Lage sein die ABC-Brevetprüfung innerhalb eines Monats zu bestehen. Die Kurskosten betragen zwischen 20 und 60 Franken. Da die Weiterbildung

zum Gerätetaucher erst ab 16 Jahren möglich ist, kann der junge Taucher in der Zwischenzeit bei einer Sektion der SLRG oder einem Tauchklub sein Können vertiefen.

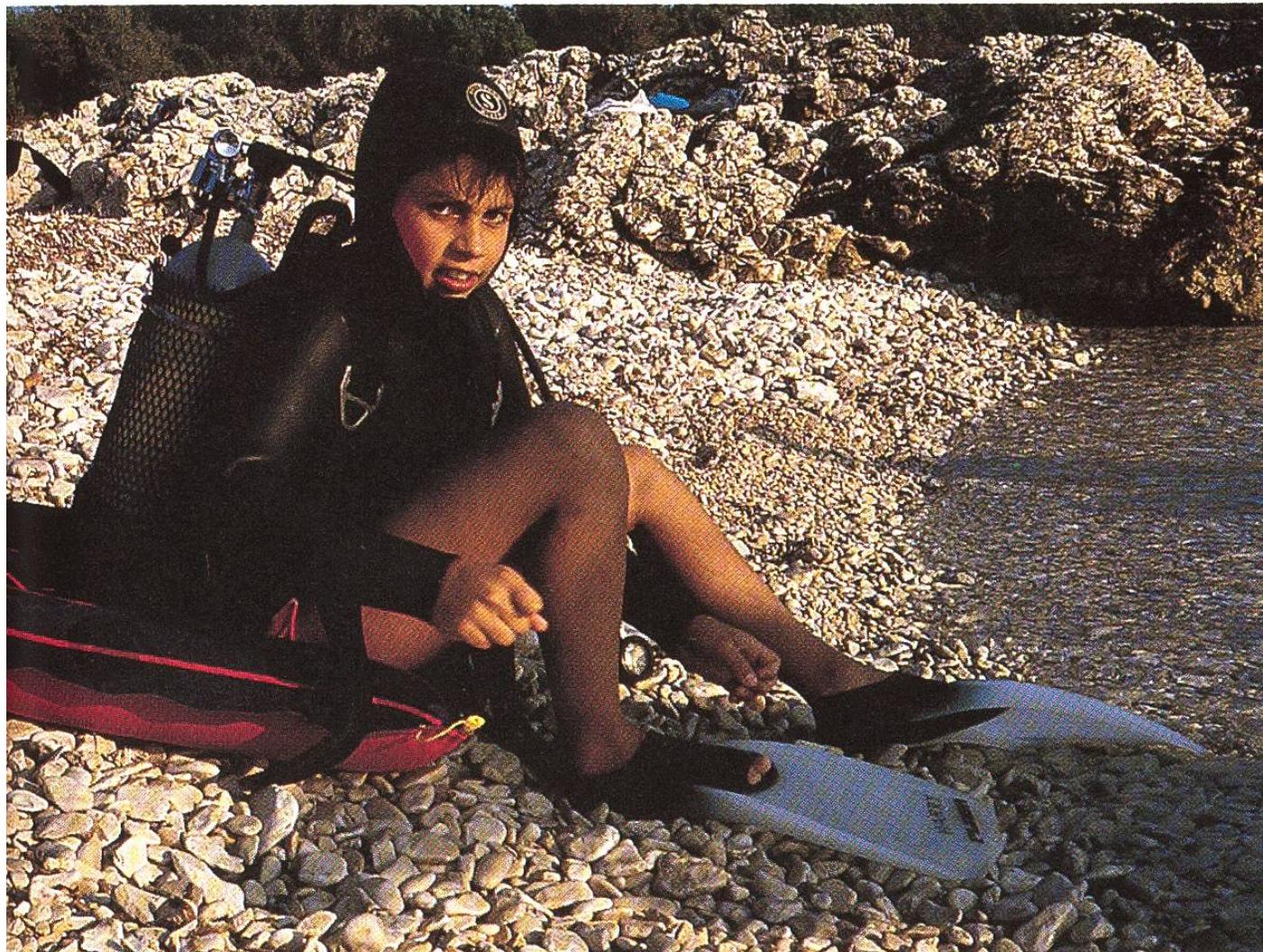
Tauchsport — eine alte Tradition

Die Minoer, deren Kultur auf der Insel Kreta zwischen Griechenland und Afrika bis 2500 v. Chr. zurückreicht, übten sich

bereits im Schwimmen und Tauchen. Sie gaben ihre Kenntnisse an die Griechen weiter, doch geriet deren Tauchkunst im Laufe der wechselvollen Geschichte in Vergessenheit. Aber die Neugier, die Geheimnisse der Meere zu lüften, erwachte erneut. Gegen Ende des 17. Jahrhunderts gelang die Konstruktion einer Taucherglocke mit einem nach unten offenen Boden. Man pumpte soviel Luft in die Glocke, dass der innere Druck demjenigen



Die letzten Vorbereitungen werden getroffen — das Abenteuer kann beginnen.



Da die Weiterbildung zum Gerätetauchen erst ab 16 Jahren möglich ist, kann der junge Taucher sein Können vorerst einmal in einem Tauchklub vertiefen.

des Wassers entsprach und Menschen sich im Hohlraum aufhalten konnten. Zu Beginn des 19. Jahrhunderts folgte die Fertigung eines Taucheranzuges moderner Prägung aus Gummi mit einem metallenen Helm, in den von einem Begleitschiff aus Luft gepumpt

wurde. Es dauerte aber noch weitere 100 Jahre, ehe die automatische Aqua-Lunge eine neue Tauchtechnik ermöglichte, die eine immer bessere und sichere Erforschung der faszinierenden Wasserunterwelt erschloss.

Reno Daniotti

Wo kann man sich erkundigen?

Es gibt in der Schweiz zahlreiche regionale Tauchschulen.

Wer keine kennt, erkundige sich bei einer der folgenden Adressen:

- Schweiz. Unterwassersportverband, Sekretariat, Case postale 157, 1000 Lausanne 12, Tel. 021/28 60 24
- Schweiz. Lebensrettungsgesellschaft (SLRG) Zentralsekretariat, Beim Goldenen Löwen 13 4052 Basel, Tel. 061/23 35 05
- NAUI Tauchschule, 8708 Männedorf, Herweg 30, Tel. 01/920 28 37
Herr H. Tobler, Tauchinstruktor; dem wir die hier verwerteten Auskünfte verdanken.



Ein moderner Froschmann vor einer «Tiefsee»-Expedition.