



## Termine, Termine das war der Oktober:

- 20. Tauchen in die Einheit
- 28. Vereinstauchen Arendsee



## aktuelle Termine November 2024:

- 08.-10. Hemmoor 2024  
(Details in separaten Abstimmungen)
- 16. Jahresabschlussfeier, Kegeln  
18:00Uhr, Kegelbahn Südwall

## Trainingszeiten im Altoa:

montags ab 20:00Uhr,  
konkrete Termine:

04., 11., 18. und 25. Nov.

kurz vor den Terminen  
wie gehabt & sicherheitshalber:

**Gruppennachrichten**.... zur  
Konkretisierung oder ggf. Änderung oder  
Absage

## Füllen / Verleih von Gerätschaften

mittwochs in Wischer:

**(Bitte beachten: wer seine Flaschen  
füllen lassen oder/und Gerätschaften  
ausleihen möchte, meldet sich bitte  
vorher telefonisch bei Ralf oder Peter)**

## Wissenswertes, Wiederholung Apnoe

Lasst uns nun weiter im Thema  
Apnoe umschauen und auf die  
Spitzenathleten/Höchstleistungen  
schauen; echt Wahnsinn diese  
Leistungen:

### **DYN:**

Rekord innerhalb der CMAS, **Männer:**  
321m, Mateusz Malina (PL), 15.06.22

Rekord innerhalb der CMAS, **Frauen:**  
275m, Mirela Kardasevic (HR),  
15.06.22

### **DBF (DYNB):**

Rekord innerhalb der CMAS, **Männer:**  
292m, Goran Colak (HR), 10.05.23

Rekord innerhalb der CMAS, **Frauen:**  
250m, Mirela Kardasevic, 13.06.22

### **DNF:**

Rekord innerhalb der CMAS, **Männer:**  
238m, Guillaume Bourdila (FR),  
19.06.19

Rekord innerhalb der CMAS, **Frauen:**  
210 m, Julia Kozerska (PL), 12.06.22

### **STA:**

Rekord innerhalb der CMAS, **Männer:**  
10:45min, Branko Petrovic (RS),  
11.11.17

Rekord innerhalb der CMAS, **Frauen:**  
08:53min, Veronika Dittes (AT),  
15.06.17

## ui jui jui

## Taucherlatein

### **Dekostopp**

nach dem Tauchen zwingend  
vorgeschriebener Aufenthalt in  
einem Lokal zum Zwecke  
des Biergenusses.

### **Tiefenrausch**

Mentalitätsveränderung  
aufgrund eines zu langen und  
intensiven Dekostopps.

### **Buddy**

unbedingt notwendiger Partner,  
Dekostopps ohne geeigneten  
und ausgebildeten Partner  
stellen ein enormes  
Gesundheitsrisiko dar.

### **Oberflächenpause**

Zeitraum vom Betreten eines  
Lokals bis zum ersten Schluck.  
Es ist unbedingt darauf  
zu achten, dass Oberflächen-  
pausen nie zu lange dauern!

### **Grundzeit**

Zeitraum vom ersten Schluck  
bis zum Erreichen des Grundes  
des Glases.

### **Druckkammer**

jenes kleine, stille Örtchen, auf  
dem der durch Dekobiergenuss  
aufgestaute Druck umweltfreund-  
lich entsorgt werden kann.

### **Notaufstieg**

blitzartiges Verlassen der Theke  
um die Druckkammer  
aufzusuchen.

### **Tarierung**

Bestreben während des  
Notaufstieges, in einer möglichst  
gleichförmigen Schlangenlinie die  
Druckkammer zu erreichen.

### **Druckausgleich**

wird üblicherweise in der  
Druckkammer durchgeführt.  
Meist ist er direkt proportional  
mit der Anzahl der konsumierten  
Biere.

### **Umgebungsdruck**

negatives Einwirken deiner  
Buddys noch, ein Bier zu  
trinken, wenn du das Lokal  
bereits verlassen willst.

### **Bends**

unangenehmes Kribbeln in der  
Nackengegend, wenn du nach  
einem ausgiebigen Dekostopp  
nach Hause kommst und weisst,  
dass deine bessere Hälfte bereits  
vor einigen Stunden mit dir  
gerechnet hat.

### **Überdruckbarotrauma**

partnerschaftliche Situation nach  
zeitlich überzogenem Dekostopp.

### **Wechselatmung**

intensives Bemühen, das  
Überdruckbarotrauma zu  
beheben (empfiehlt sich meist erst,  
wenn das Dekobier gänzlich  
abgeatmet ist!).

mal was aus der Nähe.....

