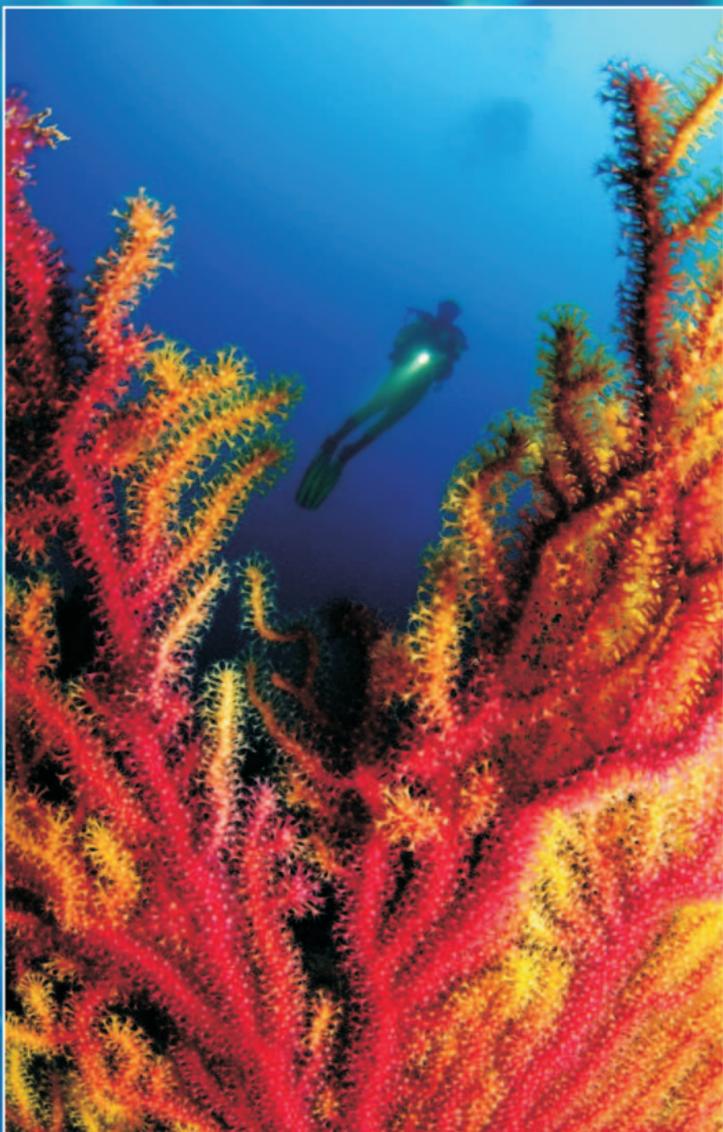


TauchSportClub

Rostock
1957 e.V.



Sporttauchen

Tauchen ist eine faszinierende Natur- und Erlebnissportart, die Menschen jeden Alters sicher bei uns erlernen können. Unsere erfahrenen Tauchlehrer bilden dabei nach den Richtlinien des "Verbandes Deutscher Sporttaucher" (VDST) im Hallenbad und Freigewässer aus. Die Neptunschwimmhalle Rostock sowie die Ostsee bieten dafür ideale Voraussetzungen.

Schon ab dem 8. Lebensjahr kannst Du das Tauchen mit Gerät lernen und ab 14 Jahren den international anerkannten Abschluss als DTSA/CMAS-Einstern-Taucher erlangen. Wer sich weiter qualifizieren möchte, legt die DTSA/CMAS-Zwei- und Dreistern-Prüfungen ab. Diese Ausbildung kann in unserem Verein fortgesetzt werden, bis Du selbst Tauchlehrer bist.



Zusätzlich führen wir regelmäßig interessante Spezialkurse durch, die alle Aspekte des modernen Sporttauchens wie z.B. Nachttauchen, Meeresbiologie oder Tauchen mit speziellen Atemgasen beinhalten. Weitere Höhepunkte sind die jährlichen Tauchreisen inner- und außerhalb Deutschlands.

Als Vereinsmitglied steht Dir eine umfangreiche und regelmäßig gewartete Tauchausrüstung kostenlos zur Verfügung. Außerdem bist Du bei allen tauchsportlichen Aktivitäten umfassend unfall-, haftpflicht- und krankenversichert. Eine telefonische Hotline garantiert Dir (tauch-)ärztlichen Rat rund um die Uhr und weltweit.

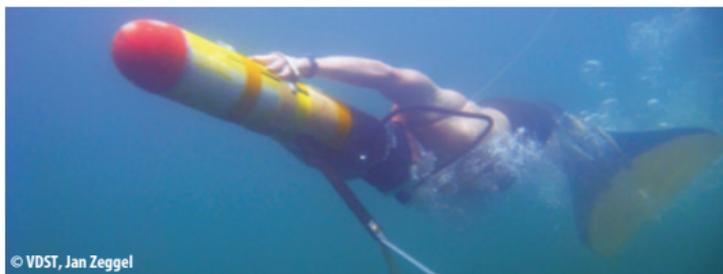
Leistungssport

Keiner erreicht mit Muskelkraft höhere Geschwindigkeiten im Wasser als unsere Flossenschwimmer! Wenn Du Dich sportlich auf hohem Niveau mit anderen Athleten messen möchtest, kannst Du bei unseren Trainern bereits ab dem 6. Lebensjahr diese kraftvolle und ästhetische Sportart erlernen. Das delphinartige Schwimmen und Streckentauchen mit der Monoflosse findet vor allem in der Schwimmhalle statt.



© VDST, Armin Trutnau

Die Wettkämpfe im Orientierungstauchen werden hingegen im Freigewässer ausgetragen. Sich unter Wasser schnell und geschickt mit dem Kompass zu orientieren, erfordert eine ausgezeichnete Kondition und besondere koordinative Fähigkeiten, die Du bei uns erlernen kannst.



© VDST, Jan Zeggel

Sowohl im Flossenschwimmen als auch im Orientierungstauchen bestimmen die Sportler unseres Vereins, der auch gleichzeitig Bundesstützpunkt ist, seit vielen Jahren die Weltspitze mit. Neben vorderen Platzierungen bei Deutschen, Europa- und Weltmeisterschaften können sie mehrere Weltrekorde vorweisen. Du kannst dazugehören!

Unterwasserrugby

Unterwasserrugby ist eine dynamische Sportart, die im dreidimensionalen Raum gespielt wird. Das kann sonst nur Harry Potter beim Quidditch. Zwei Mannschaften versuchen dabei, einen Ball in den gegnerischen Korb zu werfen - natürlich immer unter Wasser und ohne Atemgerät.



© VDST, Amd Winkler

Ausdauer, Schnelligkeit und ein sehr gutes Orientierungsvermögen zeichnen unser Team aus, das aktuell um den Aufstieg in die 1. Bundesliga kämpft. Du kannst es verstärken!

Breitensport

Aqua-Gymnastik ist eine besonders gelenkschonende Sportart. Durch den Wasserwiderstand werden sowohl das Herz-Kreislauf-System als auch die Muskulatur des gesamten Körpers effektiv trainiert und die Fettverbrennung aktiviert.



© TSCR 1957, Dirk Viereg

Beim Seniorenschwimmen steht neben dem ungestörten Spaß in einer Gemeinschaft Gleichgesinnter die Stärkung der körperlichen Leistungsfähigkeit bei geringem Verletzungsrisiko im Vordergrund. Beweglichkeit und Kraft werden so bis ins hohe Alter erhalten.

Unsere Angebote

Der Tauchsportclub Rostock 1957 e.V. bietet Dir ein umfangreiches Angebot an Aktivitäten rund um das Tauchen. Dazu gehören:

- Sporttaucherausbildung vom Einsteiger bis zum Tauchlehrer
- Spezialkurse (z.B. Nachttauchen, Tauchen mit Nitrox, Apnoetauchen, Orientierung unter Wasser)
- Durchführung von Tauchreisen und Trainingslagern
- Kindertauchen mit und ohne Atemgerät
- kostenloses Schnuppertauchen für alle Tauchinteressenten
- kostenlose Ausleihe von Tauchausrüstung (Atemregler, Tarierjackets, Tauchanzüge, -flaschen, -computer, usw.)
- kostenlose Flaschenfüllungen (Druckluft)
- Organisation von Flaschenprüfungen (TÜV)
- Atemreglerfunktionstest (alle Hersteller) auf einer professionellen Prüfbank
- Revision von Atemreglern des Herstellers Poseidon
- Flossenschwimmen und Orientierungstauchen
- Unterwasserrugby
- Aqua-Gymnastikkurse
- Seniorenschwimmen
- regelmäßige Trainingszeiten für alle Sportgruppen in Schwimmhalle und Fitnessraum
- Teilnahme an nationalen und internationalen Wettkämpfen
- Abnahme von Schwimm- und Sportabzeichen
- unabhängige Beratung beim Kauf von Tauch- und Wettkampfausrüstung
- Unfall-, Haftpflicht- und Auslandsreisekrankenversicherung einschließlich 24 Stunden Notfallhotline

Wir verfügen außerdem über ein Vereinsheim mit großem Grundstück und Sauna, das neben den Veranstaltungen des Vereins auch für private Feiern genutzt werden kann.

Trainingszeiten

Wenn Du Dich für eine unserer Trainingsgruppen interessierst, laden wir Dich gern zu einem Probetraining in die Neptunschwimmhalle Rostock ein.

Tauchlehrer Hagen Engelmann

Sporttauchen Montag, 19:00 Uhr, 50-m-Halle

Trainer Hartmut Winkler

Flossenschwimmen Montag, 18:00 Uhr, 50-m-Halle

Trainer Hartmut Leitzke

Unterwasserrugby Donnerstag, 19:00 Uhr, Sprungbecken

Trainer Dietrich Vietinghoff

Kindergruppe (bis 14) Dienstag, 17:00 Uhr, 25-m-Halle

Aqua-Gymnastik Montag, 19:00 Uhr, Lehrschwimmhalle

Seniorenschwimmen Dienstag, 13:00 Uhr, 50-m-Halle

Um während des Probetrainings optimal auf Deine Fragen eingehen zu können, solltest Du am besten schon vorher mit uns Kontakt aufgenommen haben. Wir führen auch gern einen Schnuppertauchgang mit Dir im Sprungbecken durch. Melde Dich einfach bei uns und wir vereinbaren einen Termin.

Kontakt

Tauchsportclub Rostock 1957 e.V.

Kopernikusstraße 17

18057 Rostock

Internet: www.tsc-rostock.de

E-Mail: tscrostock1957@t-online.de

Telefon: (0381) 201 36 44

