



Der fit2dive-Coach überwacht drei Taucher, die sich entlang des Parcours bewegen



Das Sprungbecken der Deutschen Sporthochschule in Köln im „fit2dive-Fieber“



Trainer Ansgar erläutert, worauf die Coaches bei den Probanden achten müssen



Chefredakteur Ronald Brandt im Gespräch mit fit2dive-Trainer Ansgar Stegmanns

Fotos: Ronald Brandt, VDST und DSH Köln



## STIMMEN ZU FIT2DIVE



### Uwe Hoffmann (fit2dive-Initiator/DSHS Köln):

Mit fit2dive haben wir versucht, Erfahrungen und Ergebnisse unserer Forschung der letzten Jahre für die Praxis nutzbar zu machen. Durch die verbesserte Selbsteinschätzung hoffen wir, einen Beitrag zur Erhöhung der Tauchsicherheit zu leisten.

### Konrad Meyne (VDST-Medizin):

Fit2dive bietet dem Taucher Einblick in seine persönliche Belastungsfähigkeit und Fitness. Verbesserung bringt Sicherheit. Dies wollen wir unseren VDST-Tauchern ermöglichen und sie anspornen, sich dem fit2dive-Programm in ihren Vereinen zu stellen.



### Jürgen Kolenda (VDST-Leistungssport):

Leistungssportliche Aktivitäten wie Orientierungstauchen oder Unterwasser Rugby stellen die ideale Voraussetzung dar, um unter Wasser mit den Elementen eins zu werden und auch kritische Situationen besser zu meistern. Unter diesem Aspekt kann der Fachbereich die Initiative fit2dive nur voll unterstützen.

### Theo Konken (VDST-Ausbildung):

Beim fit2dive können die Ausbilder ihren Schülern, bezogen auf individuelle Verhaltensweisen und Gerätekonfiguration, direkt am „System Taucher“ zeigen, wo sie leistungsmäßig stehen. In den Vereinen kann es ein positiver Ansporn sein, eine neue Art Fitness zu erleben.



*Hurghada  
Sharm el Sheikh  
El Quseir  
Dahab*

