



# Sicherheitskonzept

## Das 5-stufige Sicherheitskonzept des Höhlentauchens

### 1. Standards und Ausbildung

- CMAS Sicherheitsregeln
- Zoneneinteilung
- Mindestausrüstung
- Brevetstufen
- Ausbildungskurse

### 2. Vorbereitung / Ausrüstung

- situative Festlegung
- Checklisten
- Ziele und Limiten festlegen

### 3. Tauchgangplanung & Durchführung

- Briefing
- Abbruchkriterien
- Einhaltung des Plans
- Debriefing

### 4. Notfallplanung

- Kommunikation generell
- Massnahmen-Plan
- Sicherstellung Alarmierung

### 5. DU selbst

- kritische Selbsteinschätzung
- pers. Training (physisch)
- mentale Einstellung
- Mut, NEIN zu sagen