
Logbuch Für Freitaucher Apnoetaucher Speerfischer

Meine Tauchgänge
 Logbuch Für Freitaucher Apnoetaucher Speerfischer
 Apnoe
 Logbuch Zum Tauchen
 Logbuch für Taucher
 Men and Sharks
 Logbuch Für Freitaucher Apnoetaucher Speerfischer
 One Breath One Dive
 Mein Freitaucher Logbuch

*Logbuch Für
 Freitaucher
 Apnoetaucher
 Speerfischer* *Downloaded
 from
 intra.itu.eby
 guest*

ESTRELLA ROGERS

Meine Tauchgänge

Delius Klasing Verlag
 Die Leichtigkeit des
 Tauchens "Mensch, ich
 habe nicht eine Minute,
 um mal ruhig
 durchzuatmen!" Egal, wen
 Sie nach seinem Alltag
 fragen, viele würden wohl
 ähnlich antworten. Dies
 erklärt auch den Erfolg
 des Apnoe-Tauchens und
 die stetig wachsende Zahl
 der Apnoe-TaucherInnen:
 Denn Apnoe-Tauchen
 bedeutet, ohne
 Tauchflasche unter die
 Wasseroberfläche
 abzutauchen und damit
 seinen Atem genauesten
 zu kontrollieren. Nik
 Linder, Freediving-
 Weltrekordhalter, Trainer
 und Coach von
 Freitauchwettkämpfern,

und Phil Simha, Fotograf,
 Trainer, Journalist und
 Botschafter für die
 Ozeane, erklären in
 diesem Buch das Apnoe-
 Tauchen und geben Tipps,
 wie Sie ins Apnoetauchen
 einsteigen und Ihre
 Ausdauer beim
 Freitauchen trainieren
 können: • grundsätzliches
 zum Apnoe-Sport wie
 notwendige Ausstattung
 und Atemtechniken • alles
 zu den Hauptdisziplinen
 Statik, Dynamik und
 Tieftauchen – inklusive
 Trainingspläne •
 Entspannungsmethoden •
 Schwimmtechniken •
 Sicherheit beim Apnoe-
 Tauchen •
 Druckausgleichstechniken
 • Ernährung für Apnoe-
 Taucher • Stretching- und
 Atemübungen für die
 tägliche Anwendung
 Insbesondere die
 Trainingspläne, die von
 den Autoren aus ihrer

Praxis heraus entwickelt
 wurden, helfen Ihnen, ein
 strukturiertes Apnoe-
 Training zu entwickeln.
 Kombiniert mit aktuellen
 Erkenntnissen aus dem
 Bereich des Apnoe-
 Tauchens enthält "Apnoe"
 alle notwendigen
 Informationen, damit Sie
 in diesen besonderen
 Unterwassersport
 einsteigen können. Mit
 Vorwort von Apnoe-
 Weltmeisters und
 Weltrekordhalter
 Guillaume Néry und Links
 zu 20 informativen
 Videos.
*Logbuch Für Freitaucher
 Apnoetaucher
 Speerfischer*
 Schlichtes Logbuch für
 Freitaucher Es geht mehr
 darum deine
 Taucherlebnisse
 aufzuschreiben. Außer Ort
 Datum kannst du noch
 Vorbereitungszeit
 Tauchzeit Verbesserung

für den nächsten Tauchgang eintragen. Den restlichen Platz kannst du für deine Taucherlebnisse verwenden. Wie hast du dich gefühlt, wie hoch war dein Stresspegel, wie war deine Atemtechnik.....

Apnoe

Du bist begeisterter Freitaucher und suchst ein Logbuch? Endlich wirst du hier fündig. XASTY bietet das erste Logbuch nur für Apnoetaucher oder Speerfischer an. Logge deine Sessions detailliert je nach Disziplin (CNF, VWT, NLT, CWT, FIM, STA, DYN, DNF) und Ausrüstung (Monoflosse, Bi-Fin, etc.). Du kannst deine Gewichtsverteilung sowie Anzahl und Tiefe der Tauchgänge ganz genau festhalten.

Abgerundet wird dieses praktische und kompakte Apnoe Logbuch durch ein stilvolles Cover-Design. Logge endlich deine Freitauch-Session in einem eigenen Dive-Log. Schau dir auch unsere weiteren Journals und Produkte zum Thema Tauchen an. Klicke dazu einfach auf den Markennamen oder suche nach "XASTY"!

Logbuch Zum Tauchen

Mit dem Logbuch für Taucher können Sie ihre Tauchgänge übersichtlich und schnell protokollieren. Das Tauchbuch eignet

sich optimal für den Urlaub, als Geschenk oder für weitere diverse Tauchtouren. Es stehen ihnen folgende Werte zur Dokumentation zur Verfügung: Auf- und Abtauch Uhrzeiten Tauchganganzahl Druck (Start/Ende)

Tauchflaschenart + Liter Salz-/Süßwasser Wasser- und Außentemperatur Sicht unter Wasser Kommentar/Auffälligkeiten Die Seiten des Tauchtagebuchs sind weiß und fest eingebunden mit einem matten Softcover (flexibler dünner Einband, kein fester Buchdeckel). Das Buch ist im handlichen 6x9 Format ca. DIN A5 (15,24 cm x 22,86 cm).

Logbuch für Taucher

Bist du auf der Suche nach einem freediving Logbuch? Dann ist dieses Einschreibebuch ideal für dich! Es umfasst 201 Seiten und gibt dir die Möglichkeit, 100 deiner Tauchgänge zu dokumentieren. (2 Seiten pro Tauchgang - sehr detailliert) Trage deine Disziplin, Ausrüstung, Tiefe, Gewichte und weiter wichtige Informationen ein und behalte den Überblick über deine Tauch-Abenteuer. Abgerundet wird das Notizbuch durch ein simples, modernes

Cover. Details: 6 "x 9"

(a5) 201 Seiten zum ausfüllen cremefarbenes Papier Mattes Cover

Interior: zum Ausfüllen: Disziplin Flossenart Land Notizen Standort *Men and Sharks*

Dieses Logbuch bietet Platz für deine Sessions beim Freitauchen. Logge deine Aktivitäten mit Zeit, Tiefe, Tauchgängen und Equipment.

Logbuch Für Freitaucher Apnoetaucher

Speerfischer

Logbuch für Taucher Tolles Tauchlogbuch mit Platz für 100 Tauchgänge. Tolle Geschenkidee für Taucher zu jedem Anlass - egal ob Weihnachten, Geburtstag, Ostern, Jubiläum, Muttertag, Vatertag oder Namenstag.

Folgende Daten können eingetragen werden:

Tauchgang Nr. Datum

Tauchplatz

Bemerkungen/Notizen

Tauchzeit Tiefe

Temperatur Sicht Luft

Gewicht Anzug

Stempel/Unterschrift vom

Tauchpartner/Lehrer

Eigenschaften: Handliches

Logbuch im 6" x 9" Zoll

Format (15,24 x 22,86

cm, etwas größer als DIN

A5) 102 Seiten (Ein

Tauchgang pro Seite) Mit

Seitenzahlen Glänzendes

Soft-Cover Hinweis:

Dieses Buch ist auch auf Englisch erhältlich!

One Breath One Dive *Mein Freitaucher Logbuch*

Best Sellers - Books :

- [Think And Grow Rich: The Landmark Bestseller Now Revised And Updated For The 21st Century \(think And Grow Rich Series\) By Napoleon Hill](#)
- [Spare](#)
- [A Court Of Thorns And Roses \(a Court Of Thorns And Roses, 1\) By Sarah J. Maas](#)
- [Stone Maidens By Lloyd Devereux Richards](#)
- [The Going To Bed Book](#)
- [Haunting Adeline \(cat And Mouse Duet\)](#)
- [Mad Honey: A Novel By Jodi Picoult](#)
- [A Court Of Frost And Starlight \(a Court Of Thorns And Roses, 4\)](#)
- [How To Catch A Mermaid](#)
- [The Body Keeps The Score: Brain, Mind, And Body In The Healing Of Trauma](#)