



## Höhlintauchen – Plongée Souterraine – Immersione in Grotta – Cave Diving



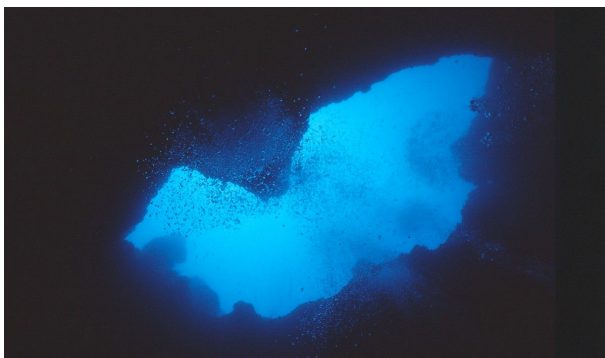
Das **Höhlintauchen** ist zweifelsohne **eine der faszinierendsten Spezialgebiete des Tauchsports** überhaupt. Allerdings verlangt diese Aktivität nach einer grundsoliden und seriösen Ausbildung. Taucher, die nicht mindestens ein T\*\* CMAS Brevet (oder ein äquivalentes) besitzen, die Probleme mit Dunkelheit und engen Räumen haben, die Mühe haben, ihre umfangreiche Ausrüstung korrekt zu bedienen, sollten nicht mit diesem Sport beginnen.

Allein schon der Gedanke, sich Hunderte von Metern vom Eingang unter Wasser in einem Berg aufhalten zu müssen, löst bei vielen Menschen ein Unbehagen oder gar Angst aus. Wer dann zusätzlich noch unter Klaustrophobie leidet, ist im Bereich Höhlintauchen fehl am Platz und tut weder sich, noch seinen Partnern einen Gefallen.



Zwei Höhlintaucher auf dem Weg ....

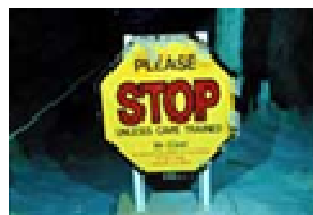
Leider ist (weltweit gesehen) die Unfallrate beim Höhlintauchen höher als beim normalen Freiwassertauchen und ist sogar noch höher als beim Klettern. Eine Höhle vergibt dir nicht den geringsten Fehler. Praktisch alle Unfälle müssen als schwer bezeichnet werden und enden meistens tödlich. Wer z.B. die Orientierung verliert, wem die Luft ausgeht, wer sein Flaschendepot verpasst oder in einem Engnis stecken bleibt, wer sich in einer Leine verheddert und sich nicht rasch befreien kann, dem droht der Tod durch Ertrinken. Sogar der im Freiwasser harmlose Riss eines Flossenriemchens kann in einer Höhle unangenehme Folgen haben.



Sinkhole in Belize

Für diese Risiken wird der Taucher aber mit atemberaubenden Eindrücken reichlich entschädigt. Glasklare Sicht, verschlungene Gänge, Abgründe und Kamine, sich vor einem auftun, riesige unterirdische Hallen, ganze Felder mit Stalaktiten und Stalagmiten, wunderschöne Sinterungen, riesige Felsplatten, die irgendwann aus der Decke heraus gebrochen sind und wie von Riesenhand verstreut nun herumliegen.....

Auch der Höhleneingang selbst, resp. der Quelltopf, kann ein eindrucksvolles Naturerlebnis bieten. Kleine verborgene Waldseen, Seerosenteiche, Schwärme kleinster Jungfische, die sich vor den Sonnenstrahlen abzeichnen, Millionen von Larven auf dem Grund, Ketten von Fischlaich, für einen naturverbundenen Menschen der ideale Ort, um Stress und Hektik des Alltags hinter sich zu lassen.



**Keine noch so gute Freiwasser-Tauchausbildung ist in der Lage, dich auf die Besonderheiten des Höhlenmilieus umfassend vorzubereiten!**



## Höhlintauchen – Plongée Souterraine – Immersione in Grotta – Cave Diving



### 10 Empfehlungen zum sicheren Höhlintauchen:

- **Tauche nie in eine Grotte oder Höhle ohne** eine entsprechende **seriöse Höhlintauchausbildung** und der **passenden Ausrüstung**. Ungenügende oder gar komplett fehlende Höhlintauchausbildung und/oder mangelhafte Ausrüstung ist nach den vorliegenden Unfallstatistiken eindeutig die Haupttodesursache beim Höhlintauchen.
- **Erlerne das Höhlintauchen** bei einer anerkannten, **seriösen Höhlintauch-Ausbildungsorganisation** (z.B. SCD, NACD oder NSS/CDS) und nicht bei einer reinen Freiwasser Ausbildungsorganisation. Diese bieten höchstens Cavern (Grotten) – Tauchen an und dies vielfach mit Instrukto-ren, die keinerlei Höhlenerfahrung haben!
- Suche dir deinen **Tauchlehrer oder Guide sehr sorgfältig aus!** Schliesslich vertraust du ihm dein Leben und deine Gesundheit an. Die Höhle vergibt keine Fehler, du kannst nirgends rasch an die Oberfläche auftauchen. Ueberprüfe deshalb die Qualifikation und die Ausbildungsberechtigung deines Tauchlehrers oder Guides rechtzeitig.
- Tauche nur mit **kompletter**, dem Tauchgang **angepasster Ausrüstung**, die **tadellos funktioniert** und die du **blind beherrschst**. Dies ist viel wichtiger, als irgend eine Ausrüstung, die dir von einem „Guru“ aufgeschwatzt worden ist. **Es gibt nie nur eine einzige richtige Konfiguration!** Ausrüstungsteile, die du für einen Tauchgang nicht benötigst, nimm gar nicht erst mit.
- **Mache dich rechtzeitig mit der Funktionsweise der Ausrüstung deines Tauchpartners vertraut.** In einem Notfall musst du unter Umständen praktisch blind auch seine Gerätschaften bedienen können
- Dein Leben kann von einer sorgfältigen **Vorbereitung und Planung** deines Tauchganges abhängen. Führe in jedem Falle vor dem Tauchgang ein sauberes, komplettes **Briefing** mit deinem Partner durch. Vor dem Abtauchen wird ebenfalls immer ein **gegenseitiger Partner-Check („head-to-toe“)**, sowie auf geringer Tiefe ein **Dichtigkeits-Check** durchgeführt. Mit einem Leck, und wenn es noch so klein ist, wird nie abgetaucht!
- **Machos** haben in Höhlen meist ein kurzes Leben. Solltest du ein **ungutes Gefühl** bezüglich des Tauchganges haben oder dich sonst **nicht wohl fühlen**, so sage den Tauchgang ab, oder **brich ihn ab und kehre um**.
- Halte dich eisern an die **3L-Regel (Luft-Leine-Licht)** und verletze niemals die **Regeln für das Gas-Management (1/3- , 1/4- , 1/5.....-Regel)**
- **Halte dich** an alle übrigen **Sicherheitsregeln** und an die **SCD Standards**.
- **PLAN YOUR DIVE – DIVE YOUR PLAN**

**Sichere Höhlintauchgänge wünschen Dir das Team von  
*Swiss Cave Diving und Swiss Cave Diving Instructors***

