

- 2.3 Geschwindigkeitskontrolliertes Aufsteigen aus maximal 10 Meter Tiefe im freien Wasser bis an die Wasseroberfläche mit einem Stopp von drei Minuten auf 5 Meter Tiefe

3.0 Tauchgang:

- 3.1 Transportieren des „verunfallten“ Tauchpartners an die Wasseroberfläche bis zum Ufer bzw. Boot und anschließend an Land bzw. an Bord
- 3.2 Demonstrieren der stabilen Seitenlage und der Schocklage
- 3.3 Aufzählen der nachfolgenden Maßnahmen, um die Rettungskette in Gang zu setzen

4.0 Tauchgang:

- 4.1 Tarieren in drei unterschiedlichen Tiefen mit Hilfe der Atmung über die Lunge und bei Bedarf mit dem Inflator
- 4.2 Geben von und Reagieren auf fünf Unterwasserpflichtzeichen
- 4.3 Herausnehmen des Atemreglers in maximal 5 Meter Entfernung zum Tauchpartner, Hintertauchen zum Tauchpartner, „Luftnot“ Zeichen geben, Hauptatemregler des Tauchpartners nehmen, positionieren und Tauchgang 5 Minuten unter Atmung aus dem Hauptatemregler fortsetzen (einmal als Luftnehmer, einmal als Luftgeber)
- 4.4 Geschwindigkeitskontrolliertes Aufsteigen am Hauptatemregler des Tauchpartners aus der max. Tiefe (vom Tauchlehrer bestimmt) im freien Wasser bis auf 5 Meter mit deutlichem Stopp und dann langsam an die Wasseroberfläche

5.0 Tauchgang: TG unter erschwerten Bedingungen – mind. 20 Minuten Dauer z.B. Tiefe zwischen 20 und 25 Meter, Nachttauchen, Tauchen vom Boot, Strömungstauchen, Tauchen bei schlechter Sicht oder Setzen einer Boje am Ende des Tauchgangs auf rund 10m Tiefe mittels Spool.

Die jeweils maßgeblichen aktuellen Bestimmungen zu den Inhalten und Rahmenbedingungen DTSA* findest du in der jeweils aktuellen VDST DTSA-Ordnung unter www.vdst.de im Downloadbereich.



Hier kannst du das Buch online bestellen.

Die theoretischen und praktischen Inhalte zum DTSA* findest du im VDST-Lehrbuch „Deutsches Tauchsportabzeichen Basic/Deutsches Tauchsportabzeichen* (CMAS*)“, welches du über den VDST-Shop oder im Buchhandel beziehen kannst.

© 2026 Verband Deutscher Sporttaucher e. V.
Berliner Straße 312, D-63067 Offenbach
T +49 (0) 69 981902 5
F +49 (0) 69 981902 98
E info@vdst.de
I www.vdst.de



DEUTSCHES
TAUCHSPORTABZEICHEN

DTSA* / CMAS*
GDL* SPORTS DIVER

EINFACH TAUCHEN LERNEN



© 2026 VDST/Verband Deutscher Sporttaucher e. V. | Berliner Straße 312, 63067 Offenbach, Germany | Foto: HerbertFrei

VERBAND DEUTSCHER
SPORTTAUCHER E. V.



Tauchen heißt, eine neue Welt zu entdecken. Die Schwerelosigkeit und das Atmen unter Wasser geben uns die Möglichkeit, die Schönheit der Tierwelt und die Unterwasserlandschaften zu erfahren und zu erkunden.

Um diese Schönheiten zu erleben, erlernst du das Tauchen. Den Anfang, die ersten Flossenschläge, das Fortbewegen und das Atmen unter Wasser, Grundregeln und Fertigkeiten für ein sicheres Tauchen, all dies wird mit dem **DTSA*** (Deutsches Tauchsportabzeichen) bzw. der **GDL*** (German Diver Licence) Sports Diver vermittelt. Erfahrene Tauchlehrerinnen und Tauchlehrer (TL) des Verbandes Deutscher Sporttaucher e. V. (VDST) bringen dir die dafür erforderlichen Kenntnisse und Fertigkeiten in Theorie und Praxis bei. Das DTSA* kannst du **ab einem Alter von 14 Jahren** absolvieren.

Wenn du das DTSA* abgeschlossen hast, kannst du an Tauchgängen im Freigewässer teilnehmen, die von einem erfahrenen Tauchenden (wenigstens DTSA**) geführt werden. Du wendest dabei die Kenntnisse und Fertigkeiten an, die du im Laufe dieses Kurses erlernt hast. Beachte die mögliche Zusammensetzung einer Tauchgruppe lt. VDST-Sicherheitsstandards.

Um nach Abschluss dieses Kurses weiter die schöne Unterwasserwelt zu erforschen und neue Gebiete kennen zu lernen, kannst du Tauchgänge entsprechend deiner Qualifikation in den Meeren oder in unseren heimischen Seen machen. Hierzu wendest du dich einfach an eine empfohlene VDST Tauchbasis oder an einen VDST Tauchverein in deiner Nähe. Kontaktadressen erhältst du über den VDST oder seine Landesverbände. **Mit dem DTSA* hast du die international anerkannte CMAS* Ausbildung erfolgreich absolviert.**

Als Nachweis über die erfolgreiche Teilnahme an dem Kurs erhältst du einen offiziellen Einkleber für deinen VDST Taucherpass sowie ein digitales Brevet in der VDST App.

DTSA* – Einfach Tauchen lernen!

Mit dem DTSA* kannst du in einfachen und methodisch aufeinander aufbauenden Schritten die Grundlagen für sicheres Tauchen erlernen. Dazu erlernst du die praktischen Fertigkeiten und die für das Verständnis erforderlichen theoretischen Grundlagen.

Theoretischer Teil

Du erlernst zunächst die erforderlichen theoretischen Grundlagen zur Ausrüstung, zu den Unterwasserzeichen, zur Atmung beim Tauchen mit Drucklufttauchgerät sowie Grundregeln, die beim Tauchen zu beachten sind, welche du für die jeweils nachfolgenden Praxisseinheiten brauchst. Hinzu kommen die physikalischen und medizinischen Grundlagen, damit du die Wirkung des Tauchens auf deinen Körper verstehst und so richtig sowie sicher tauchst.

Durch Beantwortung eines vom Ausbildenden vorgelegten VDST DTSA* Fragebogens zu den vermittelten Lehrinhalten zeigst du anschließend, dass du diese verstanden hast.

Praktischer Teil

Du erlernst mit deinem Ausbildenden zunächst im Schwimmbad oder unter schwimmbadähnlichen Bedingungen im Freigewässer die Fertigkeiten, um mit Drucklufttauchgerät zu tauchen. Anschließend zeigst du im Rahmen von Freigewässertauchgängen mit Drucklufttauchgerät (DTG), dass du in der Lage bist, die nachfolgend beschriebenen Fertigkeiten vorzuführen.

Übungen (mit ABC-Ausrüstung):

- 0.1 30 Sekunden Zeittauchen unter stetiger Ortsveränderung (von etwa 10 Meter)
- 0.2 25 Meter Streckentauchen ohne Neopren oder 20 Meter Streckentauchen mit Neoprenjacke und -hose
- 0.3 Dreimal 2 bis 5 Meter Tieftauchen innerhalb von einer Minute
- 0.4 20 Minuten Schnorcheln unter Zurücklegung einer Strecke von wenigstens 500 Meter, in verschiedenen Lagen oder den Nachweis Flossenschwimmabzeichen Bronze nicht älter als 15 Monate
- 0.5 50 Meter Schnorcheln zu einem Gerätetaucher, der auf 2 bis 5 Meter Tiefe liegt; Transportieren des Gerätetauchers an die Wasseroberfläche und 50 Meter an der Wasseroberfläche
- 0.6 Zweimal regelgerechtes Springen (unterschiedliche Sprünge) mit kompletter DTG-Ausrüstung aus einer Höhe von ca. 0,5 Meter ins Wasser

Übungstauchgänge (mit DTG-Ausrüstung):

TG 1–4 in 6–20 Meter Tiefe/mind. 20 Minuten Dauer

1.0 Tauchgang:

- 1.1 Vollständiges und korrektes Anlegen und Überprüfen der Ausrüstung vor dem Tauchgang und Versorgen der Ausrüstung nach dem Tauchgang
- 1.2 Atemregler aus dem Mund nehmen, auf den Zweitatemregler wechseln und wieder zurück
- 1.3 Absetzen, Wiederaufsetzen und Ausblasen der Tauchermaske in 5 Meter Tiefe.

2.0 Tauchgang:

- 2.1 10 Minuten Schnorcheln an der Wasseroberfläche in kompletter Ausrüstung
- 2.2 Orientierung: einfache Unterwassernavigation (z.B.: auf Anfrage des TLs kann die Richtung des Rückweges bestimmt werden)