

## Tauchsport und Gesundheitsprävention – aktuell

Seit Jahren beschäftigt sich der FB Medizin des TSV NRW bereits mit Gesundheitsaspekten und Prävention im Tauchsport.

Wir nehmen erfolgreich an Programmen des LSB NRW wie „BEWEGT GESUND BLEIBEN“ oder „BEWEGT ÄLTER WERDEN“ teil, mit dem Landesportbund ist es sogar einmal gelungen, Tauchausbilder/innen zu ÜL-B Sport in der Prävention für den Herz-Kreiskauf-Bereich auszubilden. In vielen, verschiedenen Workshops konnten wir den Vereinen inzwischen auch die Vorteile der Beschäftigung mit dem Thema näherbringen. Fragen häufen sich, das Interesse wächst ebenso.

Aber auch die Möglichkeiten sind ständig im Wandel, es gibt Vereinfachungen, so dass ich hier ein aktuelles Update geben möchte.

Unsere ÜL-B Prävention können inzwischen mit 30 LE auch die Qualifikation für den Haltungs- und Bewegungsapparat erhalten, sicher persönlich und für die Vereine ein wichtiger Mehrwert.

*Aber wie kann man sich aktuell qualifizieren als Übungsleiter/in?*

Der LSB NRW bietet inzwischen Ausbildungsgänge mit Eingangsqualifikation Trainer-C Breitensport über 83 LE an, nach erfolgreichem Abschluss ist man ÜL Prävention/Allgemeine Gesundheitsförderung mit den Schwerpunkten Herz-Kreislauf-System und den Haltungs- und Bewegungsapparat. Sicher zwei wertvolle Betätigungsfelder für außerhalb und auch innerhalb des Wassers. Für den Lebensraum Wasser gilt es noch Zusatzqualifikationen zu schaffen, um Inhalte wie Aquajogging und Aquafitness auch offiziell umzusetzen und Unterstützung der Teilnehmer über die gesetzliche Krankenversicherung finanziell zu erhalten.



*Wie geht das nun?*

Ein Tauchsportverein, der mit einem Übungsleiter-B Prävention zusammenarbeitet, kann sich über die Serviceplattform des DOSB - SPORT PRO GESUNDHEIT

<https://service-sportprogesundheit.de> zum Siegel des organisierten Sports - Sport pro Gesundheit - anmelden und sich autorisieren lassen. Gleichzeitig kann das Siegel Deutscher Standard Prävention (DSP) erworben werden. Die ÜL Prävention/Allgemeine Gesundheitsförderung werden in diesem Procedere speziell geschult und sind folglich gut vorbereitet. Auf der Homepage stehen verschiedene Programme mit ausgearbeiteten Inhalten zur Verfügung, die von den Krankenkassen anerkannt sind.

Also: Die Beschäftigung mit dem Thema lohnt sich, gerne unterstützen wir euch - bei Fragen steht euch von der Geschäftsstelle Claudia von Parzotka-Lipinski (0203/ 7381 677) oder auch ich ([drschmitz@t-online.de](mailto:drschmitz@t-online.de)) gerne bereit.

*Weitere Infos unter:*

<https://www.qualifizierung-im-sport.de/wissenswertes/konzeptionen/>

Liebe Grüße,  
Kalli Schmitz

