



Nik Linder, Phil Simha

Apnoe

Techniken, Geheimnisse und Lifestyle des Freediving

2. Auflage

128 Seiten, 174 Fotos (farbig), 3 Abbildungen (farbig),
Format 16,8 x 24,1 cm, Klappenbroschur

€19,90 (D) / €20,50 (A)

ISBN 978-3-667-10664-3

Delius Klasing Verlag, Bielefeld

Die Leichtigkeit des Tauchens

Man kann irgendjemanden fragen, wie er seinen Alltag erlebt, viele werden antworten: „Mensch, ich habe nicht eine Minute, um mal richtig durchzuatmen!“ Und genau hier liegen unter anderem die Gründe für den Erfolg des Apnoe-Tauchens

Es gibt tausend Gründe, mit dem Freitauchen zu beginnen. Der Wunsch nach Freiheit, nach Abenteuer in den Weiten und Tiefen der Meere, der Flüsse und Seen schwingt immer mit. Oft ist es auch der Wunsch, dem rasenden Tempo des Alltags zu entfliehen, die Luft anzuhalten und sich einen Atemzug lang einer Raummission gleich auf eine einmalige Reise zu begeben, um so die Gedanken bewusst abzuschalten und in der Unendlichkeit von Zeit und Raum der Unterwasserwelt bislang ungekannte Erlebnisse zu finden.

Nik Linder und Phil Simha führen den Leser Schritt für Schritt in die Techniken, die Geheimnisse und den Lifestyle des Freediving ein. Ihr Kombinationsangebot von technischen, sportlichen und mentalen Vorbereitungen lässt jeden Taucher Leistungen erreichen, die ihm neue Welten erschließen.

Mit zunehmender Anpassung an die Welt unter Wasser und gesteigerten sportlichen Strecken- und Tiefenleistungen erweitern Apnoe-Taucher mit Hilfe des Buches nicht nur ihre Erlebniswelten, sondern auch ihr Bewusstsein für Raum, Zeit und sich selbst.

Erhältlich im Buchhandel oder unter der Hotline (0521) 55 99 55

Ihr Ansprechpartner: Christian Ludewig

Telefon (0521) 55 99 02, Fax (0521) 55 99 01

E-Mail: c.ludewig@delius-klasing.de