

MEERFRAUEN FESTIVAL 2026

EIN FESTIVAL VON FRAUEN - FÜR FRAUEN

12. - 14. Juni 2026

Workshops & Keynotes Tauchen von Apnoe, Sporttauchen bis Tec, Kulinarik & Gemeinschaft

Freitag | 12. Juni 2026

- Anreise & Eröffnung des Festivals
- Impulsvortrag
- Gemeinsames Essen

Samstag | 13. Juni 2026

- Yoga
- Workshops
- Apnoe-Tauchen
- Gerätetauchen
- Talk Abouts
- Gemeinsames Essen

Sonntag | 14. Juni 2026

- Beauty-Routine
- Letztes Abtauchen
- Abschluss & Abbau

Kosten 90€ zzgl. Übernachtung

www.tauchsport-sachsen.de

Tauch-Ausbildungs- und

Naturschutzzentrum Ammelshain

Altenhainer Straße 18, 04683 Naunhof

Hier geht
es zur
Anmeldung



MEERFRAUEN FESTIVAL 2026

EIN FESTIVAL VON FRAUEN - FÜR FRAUEN

Tauche ein in ein Wochenende voller Gemeinschaft, Austausch und Inspiration.

Das Meerfrauen-Festival bringt tauchbegeisterte Frauen zusammen, die ihre Leidenschaft teilen, voneinander lernen und sich gegenseitig stärken möchten – im und am Wasser.

Termin

Freitag, 12. Juni bis Sonntag, 14. Juni 2026

Veranstaltungsort

Tauch-Ausbildungs- und Naturschutzzentrum Ammelshain (TANA)
Altenhainer Straße 18
04683 Naunhof

Ein idyllisch gelegener See inmitten eines Naturschutzgebietes – ein Ort zum Ankommen, Durchatmen und Verbinden.

Teilnahme & Voraussetzungen

Das Festival richtet sich ausschließlich an Frauen

Voraussetzungen:

Mindestalter: 18 Jahre

VDST-DTSA* oder vergleichbares Brevet
VDST-Apnoe* oder vergleichbares Zertifikat
Mindestens 10 absolvierte Tauchgänge
Gültige tauchsportärztliche Untersuchung (TSU)

Eine Mitgliedschaft in einem VDST-Verein ist nicht erforderlich.
Alle Nachweise sind vor Ort vor Veranstaltungsbeginn vorzulegen.
Es findet keine Tauchausbildung statt.

Ausrüstung

Bitte bringe Deine vollständige eigene Ausrüstung mit:

- komplette Gerätetauchausrüstung inkl. Tauchflaschen
- vollständige Apnoe-Tauchausrüstung

Es steht keine Leihhausrüstung zur Verfügung.

Tauchflaschen können jedoch vor Ort gefüllt werden.

Anreise

Die Anreise erfolgt eigenständig.

Aus Rücksicht auf Umwelt und Natur freuen wir uns über Fahrgemeinschaften.

Anmeldung & Teilnehmerinnenzahl

- 60 Plätze, Vergabe nach Reihenfolge der Anmeldung
- Anmeldung erfolgt online
- Anmeldeschluss: 30. April 2026

Übernachtung

- 26 Betten im TANA, separat buchbar
- Weitere Reservierungen im Hotel Rosengarten in Naunhof vorhanden (Kontingent)
- Weitere Möglichkeiten:
- Camping vor Ort, Hotels, Jugendherberge, Ferienwohnungen (Informationen werden in der Ausschreibung bereitgestellt)
- Angabe Übernachtung im Rahmen der Anmeldung

Verpflegung

- Bitte gewünschte Verpflegungsform im Anmeldeformular angeben
- Getränke (z. B. Wasser) können vor Ort erworben werden

Festival-Programm

Freitag | 12. Juni 2026

- Anreise & Anmeldung der Teilnehmerinnen
- Bezug der Unterkünfte
- Come Together ca. 18:00 Uhr
- Offizielle Eröffnung des Meerfrauen-Festivals

Impulsvortrag „Das fehlende Puzzleteil der Resilienz“ ca. 18:30 Uhr

Sharanne Wheeler – Business Yoga, Yoga-Coach & Freediving Instructor Trainer

Gemeinsames Essen ca. 20.00 Uhr

Wer tauchen möchte, organisiert sich bitte eigenständig in Buddy-Teams. Gerne unterstützen wir euch bei der Zusammenstellung und vermitteln bei Bedarf.

Unsere Tauchlehrerinnen stehen euch zur Verfügung und freuen sich auf euch.

Samstag | 13. Juni 2026

Early-Bird-Yoga ca. 8:00 Uhr mit Sharanne

Workshop: Flossenschlagtechniken

ca. 10:00 Uhr & 15:00 Uhr, Dauer ca. 60 - 90 Minuten

3 Teilnehmerinnen pro Tauchlehrerin

Für alle Taucherinnen geeignet

Verschiedene Techniken & praktische Tipps

Mit: Svenja · Heike

Workshop: Workshop: Tauchen mit Wing, Backplate und Longhose

ca. 11:00 Uhr, Dauer ca. 90 Minuten

maximal 3 Teilnehmerinnen

Für Taucherinnen, deren Ausrüstung bereits aus Wing, Backplate und Longhose besteht. Tipps, Tricks und Übung für das Tauchen in dieser Konfiguration

Mit: Maren

Apnoe-Workshop

ca. 11:00 Uhr & 15:00 Uhr | Dauer ca. 60-90 Minuten

Einblicke ins Apnoetauchen

Kleine Gruppen von 3–8 Teilnehmerinnen

Mit: Sharanne & Sally

Gemeinsames Tauchen

Den ganzen Tag über könnt Ihr selbstorganisiert tauchen, euch austauschen, vernetzen und den See gemeinsam genießen. Der See ist wunderschön, nutzt diese besondere Gelegenheit miteinander.

Talk About – Gespräche für Frauen von Frauen

ca. 17:00 Uhr | Dauer ca. 30-60 Minuten

In lockerer Atmosphäre sprechen Frauen aus der Tauchszene über Themen, die bewegen.

Die Orte werden spontan bekanntgegeben – sprecht die Referentinnen gerne aktiv an.

Themen & Sprecherinnen:

Steffi Oesterwind: Wie funktioniert ein She-P?

Maren Isigkeit: Nur für Tekkies? Wing und Backplate - eine Liebeserklärung

Heike Zipfel: Frauen im VDST – Auf dem Weg zur TL

Anita Hintz-Glitza & Svenja Wohlers: Gleichstellungsarbeit im VDST – wie geht es weiter?

Dr. Heike Gattermann: Medizin & Tauchsport aus weiblicher Perspektive

Gemeinsames Foto ca. 18:00 Uhr

(bitte im Meerfrauen-T-Shirt)

Grußwort ca. 18:30 Uhr

Dr. Petra Tzschoppe

(Sportsoziologin/Ausstellung Starke Frauen im Sport (Ehem. Vizepräsidentin DOSB)

Gemeinsames Abendessen ca. 19:00 Uhr

Lagerfeuer & Ausklang

Sonntag | 14. Juni 2026

Good Morning - Beauty Routine

für Taucherinnen 9:00 Uhr, Dauer ca. 30 Minuten

Mit Steffi

Gemeinsames Frühstück ca. 10:00 Uhr

Anschließend besteht nochmals die Möglichkeit zum Tauchen.

Bitte organisiert Euch in Buddy-Teams und denkt daran:

Wir sind in einem Naturschutzgebiet – Respekt gegenüber Natur und Gewässer steht an erster Stelle.

Abschluss

Verabschiedung & offizielles Ende des Meerfrauen-Festivals

ca. 12:00 Uhr

Abreise & Abbau

(Helfende Hände sind herzlich willkommen)

Kosten

90 Euro zzgl. Übernachtung (lt. Preislisten)

Nach der Anmeldung erfolgt eine Buchungsbestätigung mit den Kontodaten

JETZT
KLICKEN &
ANMELDEN!



Wir bedanken uns bei unseren Partnern



SHARK&EAGLE
www.sharkneagle.com • Wandern und Tauchen unter Freunden

Tauchwerkstatt.eu
mit uns tauchst du ab



**DYNAMIC
NORD
SENSAI**
THE SENSE AND SCIENCE OF JAPAN

www.tauchsport-sachsen.de

Tauch-Ausbildungs- und

Naturschutzzentrum Ammelshain

Altenhainer Straße 18, 04683 Naunhof

