

Titel Informationen zur Fallschirmsprungausbildung beim FSC Südpfalz e.V.

Änderungshistorie

Version	Freigabedatum	Autor	Änderungsgrund
02	07.11.2015	Jens Paul	Aktualisierung der Ausbildungstermine für die Saison 2016
03	30.11.2015	Andreas Zwetsch	Aktualisierung Ausbildungsleiter
04	04.07.2016	Andreas Zwetsch	Unterrichtszeiten eingetragen
05	28.11.2016	Andreas Zwetsch	Aktualisierung der Ausbildungstermine für die Saison 2017
06	22.10.2017	Andreas Zwetsch	Aktualisierung der Ausbildungstermine für die Saison 2018
07	09.12.2018	Andreas Zwetsch	Aktualisierung der Ausbildungstermine für die Saison 2019 / Änderungen TEXT
08	22.12.2019	Andreas Zwetsch	Aktualisierung der Ausbildungstermine für die Saison 2020
09	05.12.2020	Andreas Zwetsch	Aktualisierung der Ausbildungstermine für die Saison 2021
10	08.01.2022	Andreas Zwetsch	Aktualisierung der Ausbildungstermine und Preise für die Saison 2022
11	10.03.2022	Andreas Zwetsch	Aktualisierung der Bankverbindung
12	28.01.2023	Andreas Zwetsch	Aktualisierung der Ausbildungstermine und Preise für die Saison 2023
13	28.03.2024	Andreas Zwetsch	Aktualisierung der Ausbildungstermine für die Saison 2024
14	30.11.2024	Andreas Zwetsch	Aktualisierung der Ausbildungstermine und Preise für die Saison 2025
15	02.12.2025	Andreas Zwetsch	Aktualisierung der Ausbildungstermine für die Saison 2026

Weitere Dokumente (können unterstützend hinzugezogen werden)

Dokument-Nr.	Titel

Verweise zu gesetzlichen Vorgaben, Verbandsvorgaben, internen Vorgaben

Gesetzliche Vorgaben	<ul style="list-style-type: none"> • keine
Verbandsvorgaben	<ul style="list-style-type: none"> • Ausbildungshandbuch des Deutschen Fallschirmsportverbandes, Version 8
Interne Vorgaben	<ul style="list-style-type: none"> • keine

Informationen zum vorliegenden Dokument

Bezeichnung	Beschreibung
Zielgruppe	<ul style="list-style-type: none"> • Interessierte an der Fallschirmsprungausbildung • Interessierte am Schnupperkurs
Inhalt	<ul style="list-style-type: none"> • Ablauf der Fallschirmsprungausbildung beim FSC Südpfalz e.V. • Voraussetzungen zur Teilnahme an der Fallschirmsprungausbildung • Ausbildungspreise • Ausbildungstermine

Die Fallschirmsprungausbildung nach der AFF-Methode

Die Ausbildung nach der AFF-Methode (AFF steht für Accelerated Freefall, also beschleunigte Freifall-Ausbildung) ist die schnellste und mittlerweile auch verbreitetste Methode, um das Fallschirmspringen zu erlernen.

Sie ist in sieben Levels gegliedert, bei jedem gibt es bestimmte Lernziele, die der Schüler erreichen muss. Pro Level ist ein Sprung geplant; erreicht der Schüler die Lernziele nicht, muss der Sprung wiederholt werden.

Nach der Theorieausbildung mit praktischen Übungen (1,5 Tage) springt der Schüler schon am zweiten Tag mit zwei speziell ausgebildeten, sehr erfahrenen Sprunglehrern bereits bei seinem ersten Sprung aus rund 4000 m Höhe. Die beiden Lehrer halten den Schüler bereits im Flugzeug an Armen und Oberschenkeln und springen zu dritt gemeinsam aus dem Flugzeug.

Im Freifall macht der Schüler bestimmte Übungen, von den Lehrern bekommt er Handzeichen zur Verbesserung der Körperhaltung. In der richtigen Höhe öffnet der Schüler selbst seinen Hauptschirm. Erst wenn der Schirm des Schülers sich öffnet, lassen die Lehrer los.

Mit jedem Level kommen weitere Aufgaben hinzu. Ab dem vierten Level ist nur noch ein Lehrer dabei. Am offenen Fallschirm wird der Schüler durch Funk unterstützt, damit er eine sichere Landung im vorgesehenen Landegebiet hat.

Wurde der siebte Level erfolgreich abgeschlossen, darf der Schüler nun allein aus einem Flugzeug springen, bis er die für die Lizenzprüfung vorgeschriebene Sprunganzahl erreicht.



Voraussetzungen zur Teilnahme an der Fallschirmsprungausbildung

Fallschirmspringen ist ein Sport der (fast) von jedem erlernt werden kann. Die Voraussetzungen sind von den meisten leicht zu erfüllen:

- Durchschnittliche körperliche Fitness
- Mindestalter für den Ausbildungsbeginn 14 Jahre, Mindestalter für den Lizenzerhalt 16 Jahre (bei einem minderjährigen Bewerber die Zustimmungserklärung der gesetzlichen Vertreter)
- Körpergröße: mindestens 1,50 m, Körpergewicht: min. 40kg
- Bei einem Körpergewicht (ohne Kleidung) von mehr als 95kg oder Körpergröße größer 1,90m, bitte Rücksprache
- Haus- oder sportärztliches Tauglichkeitsattest (wir stellen Dir einen Vordruck bereit)

Vor Erwerb der Lizenz benötigen wir noch einen Nachweis über die Teilnahme an einem Erste Hilfe / Sofortmaßnahmen am Unfallort Kurs (Kopie Führerschein auch möglich).

Also, keine Angst, ihr müsst keinen Marathon absolvieren können, um mit dem Fallschirmspringen zu beginnen ...



Ablauf der Fallschirmsprungausbildung beim FSC Südpfalz e.V.

Wir beginnen zunächst mit der Bodenausbildung, der so genannten Groundschool. Hier lernt ihr in 1,5 Tagen alles, was ihr für einen sichern Sprung benötigt. Vom Kennenlernen des Sprungplatzes und der Ausrüstung, über das Verhalten im Freifall bis hin zur Schirmfahrt und der sicheren Landung.

Auch mögliche Notsituationen und wie wir diese beheben können, werden wir ausführlich in der Bodenausbildung behandeln, so dass ihr auf alle möglichen Situationen vorbereitet seid und mit gutem Gefühl „in die Luft geht“.

Am Nachmittag des zweiten Tages ist es dann auch schon so weit: Gemeinsam mit zwei erfahrenen Fallschirmsprunglehrern geht es in unserem Absetzflugzeug auf 4.000m zu eurem ersten Sprung.

In den nächsten Levelsprüngen werdet ihr, zunächst von 2 Lehrern, dann – ab dem Level 4 – von einem Lehrer begleitet, nicht nur den stabilen Freifall, sondern auch Drehungen um alle Körperachsen lernen – also Drehung, Salto und Rolle.

Nach 7 erfolgreichen Levelsprüngen, also idealerweise nach 7 Sprüngen, werdet ihr für Sprünge ohne Begleitung freigegeben. Danach folgen 16 weitere Ausbildungssprünge (Solosprünge aus 4.000m, Reduzierungssprünge aus 2.000m, 1.500m und 1.200m, fünf von Lehrern begleitete Sprünge zum Erlernen des Formationsspringens) bevor ihr dann durch 2 Prüfungssprünge und eine theoretische Prüfung die Lizenz erwerben könnt. Während der Ausbildung werdet ihr auch in das Packen von Fallschirmen eingewiesen.



Kosten der Ausbildung

Erstellt von Andreas Zwetsch, 02.12.2025

Freigabe Ausbildungsleiter Andreas Zwetsch, 02.12.2025

Seite:

4 von 7

Titel Informationen zur Fallschirmsprungausbildung beim FSC Südpfalz e.V.

In der folgenden Liste seht ihr alle Kosten der Ausbildungsstufen bis zum Erhalt der Lizenz. Natürlich sind in diesen Kosten alles enthalten, also Tickets, Ausrüstung, Ausbildungsmaterial, usw.!

Betrag	Bezeichnung	Erläuterung
500,00 €	Bodenausbildung inkl. AFF Level 1	Basispaket mit 1,5 Tage Bodenausbildung und erster AFF-Levelsprung, begleitet von 2 Lehrern
295,00 €	AFF Level 2	AFF-Levelsprung, begleitet von 2 Lehrern
295,00 €	AFF Level 3	AFF-Levelsprung, begleitet von 2 Lehrern
200,00 €	AFF Level 4	AFF-Levelsprung, begleitet von 1 Lehrer
200,00 €	AFF Level 5	AFF-Levelsprung, begleitet von 1 Lehrer
200,00 €	AFF Level 6	AFF-Levelsprung, begleitet von 1 Lehrer
200,00 €	AFF Level 7	AFF-Levelsprung, begleitet von 1 Lehrer
40,00 €	Packeinweisung	Einweisung in das Packen von Sprungfallschirmen
60,00 €	Solo 1	Solosprung aus 4.000m
60,00 €	Solo 2	Solosprung aus 4.000m
60,00 €	Solo 3	Solosprung aus 4.000m
60,00 €	Solo 4	Solosprung aus 4.000m
60,00 €	Solo 5	Solosprung aus 4.000m
60,00 €	Solo 6	Solosprung aus 4.000m
60,00 €	Solo 7	Solosprung aus 4.000m
60,00 €	Solo 8	Solosprung aus 4.000m
60,00 €	Solo 9	Solosprung aus 2.000m, Einweisung in die Höhenabbausprünge
60,00 €	Solo 10	Solosprung aus 1.500m
60,00 €	Solo 11	Solosprung aus 1.200m
115,00 €	Einweisung 1	Einweisungssprung ins Formationsspringen (4000m) mit 1 Lehrer
115,00 €	Einweisung 2	Einweisungssprung ins Formationsspringen (4000m) mit 1 Lehrer
115,00 €	Einweisung 3	Einweisungssprung ins Formationsspringen (4000m) mit 1 Lehrer
115,00 €	Einweisung 4	Einweisungssprung ins Formationsspringen (4000m) mit 1 Lehrer
115,00 €	Einweisung 5	Einweisungssprung ins Formationsspringen (4000m) mit 1 Lehrer
420,00 €	Prüfungspaket	Theorieprüfung, 2 Prüfungssprünge, Packprüfung, Lizenzgebühren
3.585,00 €		Gesamtbetrag bis zum Lizenzerhalt

Die Preise enthalten anteilig auch jeweils die Betreuung durch die Lehrer während der Ausbildung, sowie die Nutzung der Unterrichtsmaterialien zur Vorbereitung auf die Lizenzprüfung.

Sonderpreis

Wenn ihr gleich die komplette Ausbildung bucht, bzw. direkt im Anschluss an den ersten Sprung, erhaltet ihr das Gesamtpaket zum

Sonderpreis von 3.485,00 €!

Ihr spart 100,- € gegenüber dem Einzelkauf!


Ausbildungstermine 2024
Erstellt von Andreas Zwetsch, 02.12.2025

Freigabe Ausbildungsleiter Andreas Zwetsch, 02.12.2025

Seite:

5 von 7

Bei FSC Südpfalz e.V. ist **2x im Monat** Samstag und Sonntag ab 9:00 Uhr sowie an Feiertagen, Brückentagen und einigen Sonderterminen Sprung- und Ausbildungsbetrieb.

Den aktuellen Sprungkalender für diese Saison findet ihr auf unserer Homepage unter:

www.fsc-suedpfalz.de

AFF-Levelsprünge finden nur Samstag und Sonn- und Feiertagen statt.

Während an jedem Sprungtag Ausbildungssprünge möglich sind, sind die Bodenausbildung und der darauffolgende Sprung („Start der Ausbildung“) nur an festgelegten Terminen möglich. Die Bodenausbildung beginnt am ersten Tag jeweils um ca. 9:00 Uhr und endet ca. 19:00 Uhr. Am zweiten Tag ist Beginn auch um 9:00 Uhr und gegen 12:30 Uhr ist der Theorieteil beendet. In dieser Saison habt ihr die Wahl zwischen folgenden Terminen:

- GS01: 03./04.04.2026 (Fr/Sa Osternwochenende)
- GS02: 22./23.05.2026 (Fr/Sa Pfingstwochenende)
- GS03: 17./18.07.2026 (Fr/Sa)
- GS04: 11./12.08.2026 (Fr/Sa)



Anmeldung zur Ausbildung oder zum Schnupperkurs

Haben wir euer Interesse geweckt? Dann schreibt einfach eine kurze Mail an unseren Ausbildungsleiter Andreas Zwetsch (Andreas.Zwetsch@fsc-suedpfalz.de). Er sendet euch umgehend das Anmeldeformular und alle weiteren Informationen rund um die Ausbildung zu. Wir freuen uns, euch schon bald zur Ausbildung begrüßen zu dürfen.

PS: Natürlich könnt Ihr die Ausbildung auch verschenken, sprecht uns einfach auf einen Gutschein an!

