

**Advanced Scuba Diver – Module 1 – Versie 1**

1. Wat is de maximum diepte voor duiken tijdens basis van het Advanced Scuba Diver brevet?

- a) 20 meter
- b) 30 meter
- c) 40 meter
- d) Geen antwoord is juist

2. De "trim" bepaald je lichaamspositie wanneer je een neutraal drijfvermogen hebt.

- a) Goed
- b) Fout

3. Veel voorkomende oorzaken waardoor een duiker tijdens het zweven naar achteren "getrokken" wordt zijn (kruis alle juiste antwoorden aan):

- a) Een duikfles die te zwaar is voor het lichaamsgewicht van de duiker.
- b) Een trimvest dat te groot is voor de duiker, waardoor de fles niet tegen de rug zit.
- c) Een te klein trimvest waardoor de duikfles veel te strak tegen de rug zit.
- d) Geen antwoord is juist

4. De positie waarin je tijdens het zweven komt wordt uitsluitend door je uitrusting bepaald. De houding van de wervelkolom en de positie van je benen hebben daarop geen invloed.

- a) Goed
- b) Fout

5. Wanneer je twee keer zo snel zwemt, zal je ook dubbel zoveel energie verbruiken

- a) Goed
- b) Fout

6. Het handhaven van een neutraal drijfvermogen gedurende de volledige afdaling is een essentiële vaardigheid om deel te nemen aan diepe duiken.

- a) Goed
- b) Fout

7. De positie van de zwemvliezen tijdens de opstijging is van ondergeschikt belang. Tijdens de opstijging "volgen" de zwemvliezen na het zwaartepunt. De positie heeft daardoor weinig invloed op de lichaamspositie van de duiker.

- a) Goed
- b) Fout

8. De "flutter kick" (het op een neer bewegen van de zwemvliezen) is effectief om in een rechte lijn te zwemmen en om van richting te veranderen.

- a) Goed
- b) Fout

9. De "frog kick" is nuttig om (kruis alle juiste antwoorden aan):

- a) Het sediment op de bodem niet te verstoren.
- b) Van richting te veranderen.
- c) Onder water te zwemmen.
- d) Geen antwoord is juist

10. Er is maar één manier om de "frog kick" juist uit te voeren.

- a) Goed
- b) Fout