

# OPEN WATER SCUBA DIVER

## voor Scuba Divers

### UITVOERINGSVEREISTEN ZWEMBAD

Zwembadsessie 1	Zwembadsessie 2
<ul style="list-style-type: none"><li>• Demonstreer beheersing van de vaardigheden uit de Scuba Diver cursus door deel te nemen aan de Scuba Diver vaardigheden review.</li><li>• Demonstreer de procedure om voor een duik juist uit te loden.</li><li>• Zweef bewegingsloos midden in het water zonder de adem in te houden.</li><li>• Adem tenminste 30 seconden op een effectieve manier uit een afblazende automaat.</li><li>• Zwem onder water gedurende 1 minuut zonder masker. Een buddy mag helpen bij het behouden van de richting.</li><li>• Demonstreer de reactie op een kapotte inflator (ongewild opblazen van het vest) door onder water de inflatorslang af te koppelen.</li><li>• Voer een gecontroleerde zwemmende noodopstijging uit door diagonaal vanuit het diepe deel van het zwembad over een afstand van 10 meter naar de oppervlakte te zwemmen. Daarbij dient een hand ter bescherming naar voren gehouden te worden, mag niet sneller gezwommen worden dan 18 meter per minuut en moet doorlopend een stroom kleine luchtbelletjes uitgedemd worden. Bij aankomst aan de oppervlakte moet het trimvest met de mond opgeblazen worden.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Doe op de bodem in water dat te diep is om te staan de persluchtset uit, doe die weer aan en stel de banden op maat.</li><li>• Doe op de bodem in water dat te diep is om te staan de loodgordel af, doe die weer aan en stel deze op maat.</li><li>• Doe aan de oppervlakte in water dat te diep is om te staan de persluchtset uit, doe die weer aan en stel de banden op maat.</li><li>• Doe aan de oppervlakte in water dat te diep is om te staan de loodgordel af, doe die weer aan en stel deze op maat.</li><li>• Controleer onder water de uitrusting van de buddy nadat deze de persluchtset heeft uitgedaan en weer heeft aangedaan.</li><li>• Demonstreer een effectieve voortbeweging onder water door de richting te behouden terwijl zeer langzaam gezwommen wordt.</li><li>• Demonstreer een effectieve voortbeweging onder water door krachtige zwemslagen uit te voeren waarbij de knieën weinig gebogen zijn.</li><li>• Verwijder onder water een gesimuleerde kramp.</li><li>• Reageer op een zonder lucht situatie door het handsignaal "geen lucht meer" te geven.</li><li>• Demonstreer beheersing van de vaardigheden die in zwembadsessie 1 en 2 geleerd zijn door deel te nemen aan de Open Water Scuba Diver Vaardigheden Review.</li></ul>