

Schema Buitenwater

Duikteam de Oester Kampen



1*DUIKER

Cursist : _____



1*-OPLEIDING BUITENWATER

- A Persluchttechnieken en Check de Stek
- B Persluchttechnieken (A.L.V.-gebruik en trimmen)
- C Persluchttechnieken (afdalen en opstijgen)
- D Persluchttechnieken (A.L.V.-gebruik bij opstijging)
- E Persluchttechnieken (kompas)
- F Persluchttechnieken (herhaling)

- 1 Buddycheck
- 2 Trimmen
- 3 Gecontroleerde afdaling (met bodemcontact)
- 4 Gecontroleerde opstijging (met bodemcontact)
- 5 Duiken
- 6 Oefeningen (automaat uit/terug, klaren duikbril)
- 7 Luchtdelen (ontvanger/gever)
- 8 Gecontroleerde afdaling (zonder bodemcontact)
- 9 Gecontroleerde opstijging (zonder bodemcontact)
- 10 Kompasduiken
- 11 Reddingsopstijging

