

# Duikteam de Oester Kampen - NOB

## Opleidingsprogramma 2016 – 2017 2\* duiker



■ = perslucht ■ = geen perslucht ■ = bijzondere activiteit

Datum:	Theorie (19.30 – 20.30)	Zwembadles (21.00 – 22.30)	Buitenwaterles <i>Data in overleg met instructeurs</i>
26 oktober	Introductieavond 2* opleiding	ZWEMBAD SCHOONMAKEN	Nachtduik onder begeleiding EN
2 november	Theorie	Geassisteerde opstijging / grepen en afhandeling aan oppervlak	Nachtduik als begeleider
9 november	(1*)	Duiktechniek ALTIJD BASIS UITRUSTING !!!	Getijdenwater onder begeleiding EN
16 november	Theorie.	Reddingsopstijging / grepen en afhandeling aan oppervlak	Getijdenwater als begeleider
23 november	(1*)	Duiktechniek	Reddingsopstijging 10m (frontaal + hup of droogpak) en complete afhandeling tot op de kant
9 december	Theorie	Herhaling 2 en 16 nov in scenario's.	
7 december	(1*)	ZWEMBAD SCHOONMAKEN	
14 december	Theorie	Persluchttechnieken en problemen oplossen.	
21 december	(1*)	Duiktechniek	
28 december	<b>Kerstvakantie - GEEN LES</b>	Zwembad gesloten	Begeleide opstijging 15m
4 januari	Theorie	Oriëntatie en kennismaking nieuw zwembad (PERSLUCHT)	2x Diepe duik (+luchtberekening / veiligheidsstop en decoboel)
11 januari	(1*)	Duiktechniek	
18 januari	Theorie	Opstijgingen en gebruik DECO-boei.	
25 januari	(1*)	ZWEMBAD SCHOONMAKEN	
1 februari	Theorie	Navigatie en oriëntatie	2x onderwaterleven
8 februari	(1*)	Duiktechniek	
15 februari	Theorie	Parcoursduiken met hindernissen (set af etc.) Alle skills komen hierin terug.	2x navigatie en oriëntatie
22 februari	(1*)	Duiktechniek	Voor 3* opleiding is de specialty REDDEN verplicht onderdeel. Voor inhoud zie specialty REDDEN.
1 maart	Theorie	Herhaling / verdieping aangeleerde vaardigheden	
8 maart	(1*)	ZWEMBAD SCHOONMAKEN	
15 maart	Theorie	Herhaling / verdieping aangeleerde vaardigheden	
22 maart	Redden (EHBDO) – theorie <b>(verplicht voor 3*)</b>	Redden (EHBDO) – praktijk <b>(verplicht voor 3*)</b>	Als 2* duiker in opleiding mag je deze specialty al volgen maar MOET AAN De ZWEMBADLESSEN REDDEN DEELNEMEN!
29 maart	Redden (EHBDO) – theorie <b>(verplicht voor 3*)</b>	Redden (EHBDO) – praktijk <b>(verplicht voor 3*)</b>	
Vanaf 5 april iedere woensdag	<b>Start buitenwater!!!</b> <b>Aanwezig 18.45 uur → vertrek 19.00 uur !!!</b>		