

# Duikteam de Oester Kampen - NOB

## Opleidingschema 2018 – 2019 2\* duiker



■ = perslucht ■ = geen perslucht ■ = bijzondere activiteit

Datum:	Theorie	Zwembadles	Buitenwaterles <i>Data in overleg met instructeurs</i>
	<b>(19.15 – 20.15)</b>	<b>(20.45 – 21.45)</b>	
31 oktober	Start 2* opleiding → intro	Duiktechniek algemeen ALTIJD BASIS UITRUSTING !!!	Begeleide opstijging 15m. Langs de bodem 10/20 m en vrij opstijging 10/20 m. ON TOP idem 20/30m
7 november	Geen theorie ivm start 1* opleiding	Geassisteerde opstijging / grepen en afhandeling aan oppervlak	
14 november	(1*)	Duiktechniek	Nachtduik onder begeleiding EN Nachtduik als begeleider
21 november	Theorie 2*	Reddingsopstijging / grepen en afhandeling aan oppervlak	
28 november	(1*)	Duiktechniek	
5 december	Geen les Sinterklaasavond	Geen les Sinterklaasavond	Getijdenwater onder begeleiding EN Getijdenwater als begeleider
12 december	Theorie 2*	Persluchttechnieken en problemen oplossen.	
19 december	(1*)	Duiktechniek	
26 december	Kerstvakantie - GEEN LES	Zwembad gesloten	
2 januari			Reddingsopstijging 10/20m (frontaal + hup of droogpak) en complete afhandeling tot op de kant. ON TOP idem 20/30m
9 januari	Theorie 2*	Opstijgingen en ALV gebruik	
16 januari	(1*)	Duiktechniek	
23 januari	Theorie 2*	Opstijgingen en gebruik DECO-boei.	
30 januari	(1*)	Duiktechniek	
6 februari	Theorie 2*	Navigatie en oriëntatie	2x Diepe duik >20m (+luchtberekening / veiligheidsstop en decoboei 1m boven de bodem vanaf 10/20m).
13 februari	(1*)	Duiktechniek	
20 februari	Theorie 2*	Parcoursduiken met hindernissen (set af etc.) Alle skills komen hierin terug.	
27 februari	(1*)	Duiktechniek	2x onderwaterleven
6 maart	Theorie 2*	Herhaling / verdieping aangeleerde vaardigheden	
13 maart	(1*)	Duiktechniek	Navigatieduik 1 (kompas) en navigatieduik2 (natuurlijke oriëntatie)
20 maart	Theorie 2*	Herhaling / verdieping aangeleerde vaardigheden	
27 maart	Scenario's theorie	Procedure vermiste duiker oefenen zoekpatronen	Bewijs zuurstoftoediening  Bewijs reanimeren  Procedure vermiste duiker (zoekpatronen)
Vanaf 3 april iedere woensdag	<b>Start buitenwater!!!</b>		
<b>Aanwezig 18.45 uur → vertrek 19.00 uur !!!</b>			