

CMAS* Sportsdykkerbevis

Efter gennemført uddannelse skal dykkeren kunne anvende al relevant flaskedykkerudstyr sikkert og korrekt i et beskyttet åbenvandsområde på dybder ned til max. 20 meter og skal være klar til at få yderligere erfaring i selskab med en erfaren dykker.

Forudsætninger:

- Kursisten skal være fyldt 14 år ved kursusstart.
- Kursisten skal have en af Dansk Sportsdykkerforbund godkendt lægeattest. Forevises instruktøren inden træning med flasker.
- Kursisten skal kunne svømme 500 meter i overflade samt 15 meter undervandssvømning.

Viden:

Kursisten skal i løbet af kurset opnå en grundlæggende forståelse af:

- De påvirkninger dykker og udstyr udsættes for under dyk.
- De komplikationer der kan opstå ved dyk.
- Formål, funktion og de væsentligste detaljer ved dykkerudstyret.
- Sikkerhedsregler og god dykkeradfærd.
- Elementære redningsteknikker.
- Skal kunne føre korrekt logbog og anvende dykkertabel fejlfrit.

Færdigheder:

Efter gennemført uddannelse skal kursisten:

- Kunne klargøre og anvende sit dykkerudstyr.
- Have god kontrol over afbalancering og kunne komme sikkert i- og op af vandet.
- Kunne selvredning og simpel makkerredning.
- Fungere som disciplineret medlem af en gruppe dykkere under ledelse af en erfaren dykker.
- Have erfaring fra mindst 5 dyk i åbent vand af forskellige sværhedsgrad på dybder ind til 20 meter.
- Dykkerens færdigheder bedømmes løbende under uddannelsen. Dykkene gennemføres på dybder indtil 20 meter og skal i logbogen være attesteret af en af klubbens dykkerinstruktører

Undervisningen:

I svømmehal: Forum Horsens, søndage kl 19:00 – 20:30

Oktober – december: Grundlæggende færdigheder

- Svømme- og dykketeknik
- Vandføling og kondition
- Bjergning og sikkerhedsprocedurer

Nødvendigt udstyr: maske, snorkel og finner

Januar – marts: Træning med flaskeudstyr

- Afbalancerings- og svømmeteknik
- Vandføling og udstyrsbetjening
- Bjergning og sikkerhedsprocedurer

Nødvendigt udstyr: maske, snorkel og finner, samt flaske, BCD-vest og regulator

Ved start på uddannelsen udleveres en undervisningsplan.

Undervejs er der løbende vurdering af kursistens færdigheder, idet de obligatoriske øvelser skal udføres sikkert og rutineret

Dykkerteori

Undervisningen i dykkerteori afholdes i klublokalerne i Gedved.

Teori delen foregår som E learning via internettet og selve teoriprøven tages efterfølgende i klubben.

En del hjemmearbejde må påregnes!

Dyk i åbent vand:

Dyk i åbent vand gennemføres i weekender i april og maj måneder. Plan aftales i forbindelse med træningen.

Der **skal** gennemføres mindst 5 dyk á ca. 20 minutters varighed:

- Introduktionsdyk på lavt vand
- Kompassvømning på lavt vand
- Rekreativt dyk på lidt dybere vand
- Gummibådsdyk på 10 – 15 meters dybde
- Dyk på dybde indtil 20 meter

Hertil kommer kortvarige instruktionsdyk og prøver i nødprocedurer

Kursisten skal disponere over komplet dykkerudrustning

Liste over udstyr udleveres ved starten af undervisningsforløbet.

Priser:

CMAS* undervisning, lærebøger og bevis: 1500,- kr.

Klubkontingent m.m. ca. 700,- kr. Dette giver fri adgang til svømmehallen søndag aften samt gratis fyldning af flasker, dog koster en klubnøgle 200,- kr.

Lægeerklæring (betales til egen læge) ca. 600 – 800,- kr.

Udstyr ca. 12 -14.000,- kr.

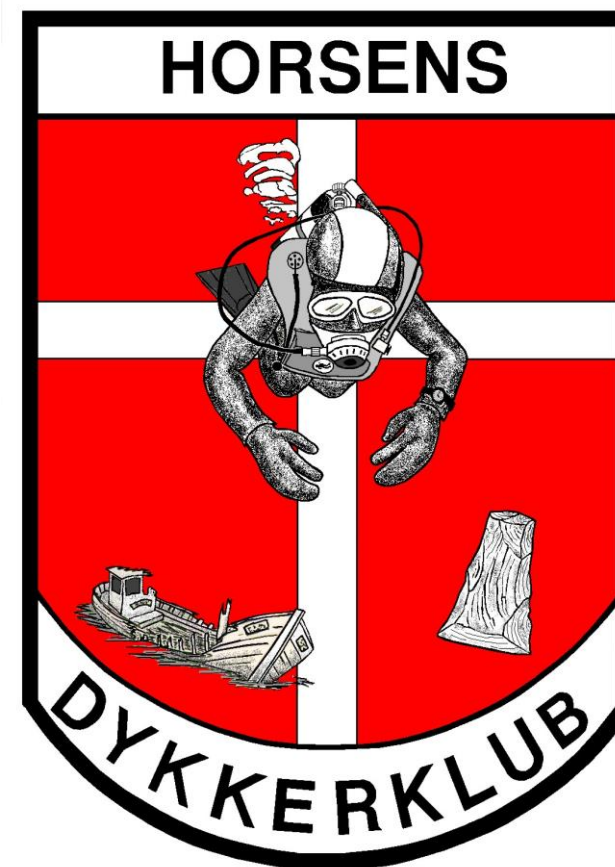
Klubben råder over nogle få elevsæt som udlejes for 1000,- kr. for en sæson. Du har udstyret frem til sommerferien.

For at opnå det fulde udbytte af undervisningen er det nødvendigt med en stor og aktiv indsats fra kursisterne, herunder meget høj mødefrekvens.

Efter bestået teori og praktisk uddannelse udstedes et internationalt anerkendt CMAS* Sportsdykkerbevis, og dykkeren er klar til at opnå yderligere erfaring ved deltagelse på klubbens dykkerture. Beviset kan ligeledes anvendes i dykkercentre på ferierejser.

*Horsens Dykkerklub
Uddannelsen*

Information fra:



www.horsensdykkerklub.dk

Om CMAS* sportsdykkerkursus