

De nieuwe 3*-duikopleiding

De nieuwe 3*-duikopleiding gaat uit van ongeveer vijf theorielessen, drie zwembadlessen, drie buitenwaterduiken en een verenigingsduik. Het is een opleiding van verdieping; je leert meer van de achtergrond van de decompressietheorie. Veel van wat je tot nu toe als vaststaand gegeven hebt aangenomen, wordt hier verduidelijkt.

Ook leer je hoe je jouw enthousiasme, kennis en ervaring zo goed mogelijk op je clubgenoten kunt overbrengen en hoe je ze kunt begeleiden op weg naar meer kennis en ervaring.

In het laatste hoofdstuk van het boek vind je een naslagwerk over uitrustingsstukken; niet om uit je hoofd te leren dus, maar wel handig als je even precies het naadje van de kous wilt weten.

Hoofdstuk 1

Dit staat in het teken van het begeleiden van duikers, hetzij binnen het kader van de duikopleiding, hetzij als coördinator van een verenigingsduik. Je leert wat daarbij komt kijken op het gebied van veiligheid, structuur, taken en bevoegdheden.

In twee zwembadlessen oefen je de demo skills, zodat je die op demonstratieniveau kunt voordoen aan beginnende duikers. Verder maak je twee buitenwaterduiken als begeleider van een lager gebrevetteerde duiker in het kader van zijn opleiding én verzorg je als coördinator een verenigingsduik.

Hoofdstuk 2

Hoofdstuk gaat helemaal over decompressie. De stof in het boek lees je thuis; tijdens de drie bijbehorende theorielessen ga je de theorie verbinden met alles wat je in je eigen duikpraktijk al eens bent tegengekomen. Je gaat bijvoorbeeld uitgebreid aan de slag met je eigen duikcomputer. Met welk rekenmodel is die eigenlijk geprogrammeerd en hoe actueel is dat model? In hoeverre wijken de waarden van jouw computer af van wat de NOB-tabellen stellen?

In de tweede theorieles leer je een diepe stop te plannen en in de derde theorieles ga je in op de factoren die de gevoeligheid voor decompressieziekte verhogen. Met die kennis kun je optimaal je eigen veiligheid waarborgen.

In de (minimaal) twee buitenwaterlessen ga je aan de slag met onder andere de decoballon; uiteindelijk moet je uitgetrimd en wel de decoballon kunnen oplaten. De praktijk wijst uit dat dit enige oefening vergt. Ook ga je een Pyle-stop uitvoeren.

Hoofdstuk 3

Dit hoofdstuk schetst een beeld van hoe je als 3*-duiker nog verder kunt ontwikkelen. Wil je je gaan verdiepen in bijvoorbeeld technisch duiken of trekt het instructeurschap? Of misschien wel allebei. Bij dit hoofdstuk horen geen lessen

Hoofdstuk 4

Ook bij dit hoofdstuk horen geen lessen. Het is geen stof die bedoeld is om uit het hoofd te leren; het is bedoeld als naslagwerk. Voor jezelf, of om iets na te zoeken als een clubgenoot jou als vraagbaak gebruikt.

Verder moet je gewoon het water in: om je 3*-duikbrevet te kunnen aanvragen, moet je 60 gelogde duiken hebben. De duiken in het kader van je vorige opleidingen tellen hier natuurlijk voor mee.