



# DUIKCLUB SEPIA GENT

## *Wegwijzer voor het behalen van het 1\* duikbrevet*

### Opleiding:

Voor het behalen van een 1\*Duikbrevet:

- Zwembadtraining;
- Twee theoretische lessen;
- Vijf doopduiken.



### Zwembadtraining:

In het zwembad:

- Leer je de onderwatertechnieken;
- Leer je omgaan met je materiaal;
- Wordt er gewerkt aan je lichamelijke conditie en vooral je ademhaling;
- Je mag 3 maal meetrainen, mits betaling van € 4,00 inkom;
- Je kunt het nodige basismateriaal (zwemvliezen, bril en tuba, ook wel ABC - materiaal genoemd) gebruiken van de club.

### Na 3 initiaties:

Om de opleiding verder te zetten, betaal je uw bijdrage.

Hierin zit inbegrepen:

- De aansluitingskosten bij Nelos;
- De verzekering bij Arena; (medisch document is gratis te downloaden van op onze website)
- Je ontvangt de Hippocampus, ons bondsblad;
- De inkom van het zwembad;
- Het gebruik van flessen en lucht in het zwembad;

### Nu is het ook het moment om:

Je een gevulde Nelos map aan te schaffen, en hierin zit uw:

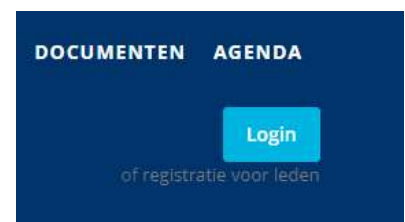
- Duikboekje;
- Logboekje, (deze papieren versie mag je zeker verder gebruiken om te laten afstempelen op je duiklocaties.)
- Bondsblad Hippocampus;
- Cursus tot het behalen van een 1\*Duikbrevet.

Je eigen ABC-materiaal aan te schaffen:

- Duikbril;
- Tuba;
- Zwembadpalmen;
- loodgordel met 3 tot 4 kg lood.

Je te registreren bij Nelos voor het gebruik van je digitaal duikboekje in Dives. Dit is verplicht.

Je te registreren op onze website en je homologatie te betalen, zodat we de cursus voor het behalen van je brevet kunnen activeren.



## **Theoretische lessen:**

Om je 1\*Duikbrevet te behalen moet je de 2 theoretische lessen volgen over o.a. fysicawetten, reanimatie, materiaal en onderwatercommunicatie. Een lesbrochure krijg je bij het aanschaffen van je Nelos map. Breng alvast 1 pasfoto mee. Je moet, voor het brevet van 1\*Duiker geen examen afleggen over deze theorie, maar je aanwezigheid wordt op je digitale brevettenkaart genoteerd. Deze lessen worden gegeven na afspraak.

## **Training:**

Tijdens de trainingen leer je omgaan met het materiaal, leer je technieken en vaardigheden die je tijdens het duiken nodig zal hebben en wordt er aan je algemene conditie gewerkt. De instructeur houdt je vorderingen bij op je digitale brevettenkaart in Dives.

## **Doopduiken:**

Je digitale brevettenkaart in Dives is volledig aangevinkt je kunt aan je 5 doopduiken beginnen.

## **Wat heb je minimum nodig:**

- Een thermisch duikpak; (min 7 m/m)
- Thermische handschoenen;
- Thermische botjes;
- Open waterpalmen;
- Loodgordel met minimum 8 kg lood;
- Duikbril;
- Tuba;
- Duikcomputer.

Het andere materiaal, zoals ontspanner, jacket en fles, kan je huren van de club.

Neem nu contact op met onze duikschoolverantwoordelijke, hij zal je zeggen of er een clubduik voorzien is of met wie je kunt afspreken om te gaan duiken, en meldt je vooral iedere keer aan op de [doodle].

Als je duikmateriaal wenst te huren van de club om te gebruiken in open water, dit kan je afhalen in de kelder van het zwembad Strop, en dit direct na de training. Je kunt hierover alle informatie vinden op onze website onder het tabblad [documenten].

En dan... PROFICIAT! Je hebt je 1\*Duikbrevet en nu kan het echte duiken beginnen.

**Lees de wekelijkse club krant:** je vindt er alle informatie in verband met club activiteiten en vele andere praktische informatie.

**Bekijk regelmatig** de agenda, doodle en duikkalender op onze website, bruikbare links hieronder:

Voor laptop en PC: [www.sepiagent.be](http://www.sepiagent.be)

Voor informatie: [info@sepiagent.be](mailto:info@sepiagent.be)

Duikschoolverantwoordelijke: [dsv@sepiagent.be](mailto:dsv@sepiagent.be)

Privacybeleid: <http://sepiagent.be/Privacybeleid.pdf>

