

## 1\* Duikers

### Definitie

Een duiker die bekwaam is om veilig en correct gebruik te maken van zijn duik uitrusting in een beschermde trainingsomgeving en klaar is om openwater ervaring op te doen, begeleid door een ervaren duiker. Hij/Zij moet kunnen functioneren volgens het buddy-systeem van de CMAS.

### Voorwaarden

- Lid zijn van een Nelos-club
- Minimaal 14 jaar zijn bij aanvang opleiding
- Medisch geschikt zijn
- Minderjarige duikers dienen bij hun aansluiting een verklaring te laten ondertekenen door hun ouders of voogd. Dit formulier is downloadbaar via de NELOS-website.

### Zwembadproeven

- 100m zwemmen, gevolgd door 10 minuten watertrappelen of drijven
- 100m zwemmen met ABC-uitrusting
- 1 maal duikbril ledigen
- 10m in apneu
- 20 seconden stilstaande apneu
- Fles monteren en demonteren, inclusief controle buddy
- Gecombineerde proef
- 50m onder water zwemmen op automaat
- Proef met trimvest en 2<sup>de</sup> ademautomaat
- Equiperen en rechtopstaand dalen.

## Theorie

- De Instructeur vergewist zich van het feit dat de onderwezen materie begrepen werd door de kandidaat.

## Open water

- Twee doopduiken op maximum 15m diepte
- Drie opleidingsduiken op maximum 15m diepte
- Duiken in open water mogen pas worden uitgevoerd na voltooiën van de onderdelen 'theorie' en 'zwembad'
- Deze duiken mogen uitgevoerd worden in een zwembad van minstens 10m diepte
- De kandidaat controleert steeds zijn eigen materiaal en het materiaal van zijn mededruiker
- De kandidaat demonstreert in de loop van de eerste 5 duiken de vaardigheden op vaste bodem in zone (2).

## Examen

- Geen echt 'examen'. Wel: systeem van permanente evaluatie
- Kaartensysteem
- Proef paraferen: 'in training' (AI of hoger)
- Proef aftekenen: 'geslaagd' (AI of hoger)
- Kaart aftekenen voor homologatie (1\*I of hoger)
- Homologatie volgt na minimum 5 duiken en maximum 10 duiken

## Beperkingen

### Diepte

- Eerste 5 duiken: maximum 15m
- Daarna: maximum 20m

### Duikgroep

- Doopduiken (eerste 2 duiken) onder leiding van minstens een 1\*I
- Opleidingsduiken (vanaf duik 3) onder leiding van ten minste AI
- Na 15 duiken onder leiding van ten minste 3\*D (maximum één 1\*D in de groep).