

IJSDUIKEN



WAAROM IJSDUIKEN?

Je leert hoe je in een extreme omgeving een leuke en veilige duik kan maken.

WAT HEB JE NODIG OM DEEL TE NEMEN?

- *Je moet minimaal in het bezit van het 2-sters brevet of een gelijkwaardig brevet*
- *Je moet duikervaring hebben in koud water.*
- *Je moet de minimale leeftijd hebben van 18 jaar*

WAT ZIJN DE KOSTEN?

- *Cursusboek ijsduiken € 21,95*
- *De kosten voor het ijsduik weekend*

WAT GA JE DOEN?

Je leert hoe je een ijsduik moet maken, plannen, organiseren, technieken, in kaart brengen van risico's, locatie keuze, voorbereiding, welke materiaal heb je nodig en veiligheids procedures.

Je zal dit tevens in praktijk gaan brengen wanneer je een ijsduik maakt binnen 30 meter vanaf de oppervlakte, inclusief het horizontale en het verticale vlak.

Verder verwachten we dat je enthousiast meedoet aan de theorie lessen en de praktijklessen in het zwembad en het buitenwater.

De cursus omvat:

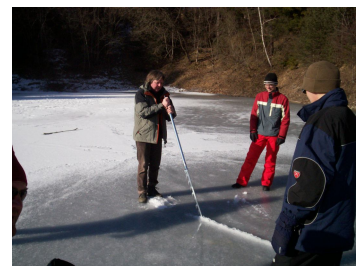
- *4 uur theoretische instructie*
- *Een kennistoets*
- *6 uur praktische training en instructie van een ijsduik evenement*
- *Ten minste twee duiken onder het natuurijs.*





EN VERDER?

We zullen starten in december met als doel om een weekend in februari een ijsduik te maken in Oostenrijk of natuurlijk in Nederland

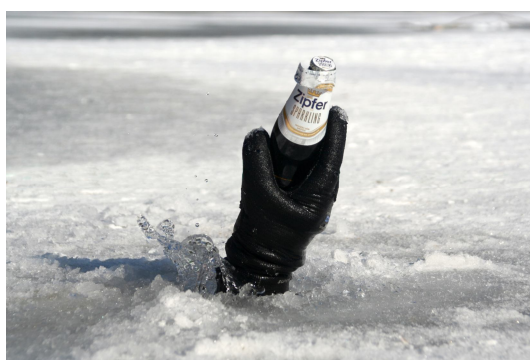


WANNEER?

Datum	Wanneer	Wat	Waar
12 december 2008	20:00	theorie IJsduiken	Almere
15 december 2009	20:30 21:15	Lijnsignalen 5 meter IJsduiken - Lijnsignalen	Sloterparkbad Sloterparkbad
5 januari 2009	21:15	5 meter IJsduiken - Veiligheidsprocedures	Sloterparkbad
8 januari 2009	20:00	theorie IJsduiken	Clubhuis
11 januari 2009	10:00 11:00	Vorbereiding ijsduik IJsduik & Organisatie	Clubhuis Sloterplas Oostoever
25 januari 2009	10:00 11:00	Vorbereiding ijsduik IJsduiken & Organisatie	Clubhuis Sloterplas Oostoever
19 februari 2009	Vertrek	IJsduikweekend Reutte	Oostenrijk
20 februari 2009		IJsduikweekend Reutte - Urisee	Oostenrijk
21 februari 2009		IJsduikweekend Reutte - Frauensee	Oostenrijk
22 februari 2009	Vertrek	IJsduikweekend Reutte	Oostenrijk

Heb je interesse? Vragen over het ijsduiken? Wil je meer informatie

Geef je op bij Peter Boersma of neem even contact op peter.boersma@icu.nl



BIJLAGE I

INGANGSNIVEAU

Het ingangsniveau om deel te mogen nemen aan de module ijsduiken is 2* duiken. Je dient wel koud water ervaring te hebben, dat houdt dat je tijdens de wintermaanden in Nederland heb door gedoken.

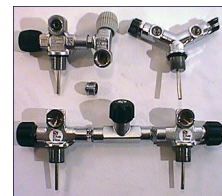
Om een evenement te organiseren of oppervlakte coördinator te zijn, moet je naast het 2* duikbrevet tevens beschikken over de module ijsduiken en redden.



MATERIAAL DUIKER

Naast je standaard duikuitrusting worden er ook extra eisen gesteld aan je uitrusting en dien je in het bezit te zijn van:

- o De fles dient uitgerust te zijn met een dubbele kraan.
- o Naast je bestaande eerste trap en een automaat dien je een complete back up set te hebben die aan is gesloten op de 2^e vrije kraan.
- o Naast je duiklamp dien je in het bezit te zijn van een backup lamp



(Verder is het aan te raden om tijdens ijsduiken met een lange slang te duiken en dien je materiaal geschikt te zijn voor koud water, kijk je manual(s) van je materiaal even na)