



OHJELMA 2019

CMAS Laitesukelluksen peruskurssi

		Aihe	
Ke 17.4.	18.00	T1	Sukeltaminen harrastuksena ja sukelluskoulutus
		T2	Perusvälineet ja perusvälinetekniikka
		T3	Sukellusfysiologia
To 25.4.	18.00		Sukelluslaitteiden jako oppilaille <u>kerhon varastolla</u>
		T4	Sukelluslaitteen rakenne
		T5	Sukelluslaitteen käyttö
		T6	Muut sukellusvarusteet
			Allasvideo 1-4
Su 28.4.	11.00	A1	Vapaasukellusharjoitus
		A2	Laitesukellusharjoitus
To 2.5.	18.00	T7	Sukeltajan fysiikka
		T8	Laitesukellustekniikka
			Allasvideo 5-8
La 4.5.	11.00	A3	Laitesukellusharjoitus
		A4	Yhdistelmäharjoitus
Su 5.5.	11.00	A5	Yhdistelmäharjoitus
		A6	Yhdistelmäharjoitus
To 9.5.	18.00	T9	Sukellusturvallisuus
		T10	Sukellustaulukot, kertaus
			Allasvideo 9 - 10
La 11.5.	11.00	A7	Yhdistelmäharjoitus
		A8	Yhdistelmäharjoitus
Ke 15.5.	18.00	T11	Teoriakoe
La 18.5.	11.00	A9	Laitesukellusharjoitus; kertaus
		A10	Laitesukellusharjoitus; taitorata
		T11+	Teoriakokeen palaute
			Avovesivideo

Nämä lisätunnit eivät kuulu varsinaiseen peruskurssin oppisisältöön. Mikäli oppilas kuitenkin haluaa osallistua avovesikokeisiin kuivapuvussa, lisätunnit ovat pakollisia. Tunnit ovat avoimia kaikille halukkaille peruskurssilaisille.

To 16.5. 18.00 T6+ Kuivapukuteoria; vapaaehtoinen lisätunti

Su 19.5. 11.00 A11+ Kuivapukuharjoitus; vapaaehtoinen lisätunti



AVOVESIOHJELMA 2019

CMAS Laitesukelluksen peruskurssi

Aihe

Rannasta

Pe 24.5. 17.00

Kokoontuminen kerhon varastolle
Sovitussukellus avovedessä

La 25.5. 08.30

Kokoontuminen kerhon varastolle
Sukellus avovedessä kouluttajan johdolla
- kolmiorata kompassilla; kouluttaja suunnistaa

Parisukellus rannalta kouluttajan avustamana
- oman vara-annostimen käyttö, maskin tyhjennys
- laitteen riisuminen pinnalla kelluen

Veneellä

Su 26.5. 08.30

Kokoontuminen kerhon varastolle, siirtyminen Tirmoon veneelle
Kohteena (säävarauksella) Korsholmen
Kokoontuminen laiturille, jossa ohjeita varusteiden
sijoittelusta veneeseen.
Matkalla kohteelle lyhyt kertaus sukeltamisesta ja
toiminnasta veneestä sukeltaessa. Salongissa.

Parisukellus veneestä kouluttajan avustamana
- nousu vara-annostimella, hinaus, pintauinti

Itsenäinen parisukellus kouluttajan valvonnassa
= avovesiosuuden loppukoe

Paluu Tirmoon illalla n. klo 19

Varaa mukaasi lämmintä juotavaa ja eväät päiväksi.

Sukellusvarustus, muu vaatetus sään mukaan.

Muista, että merellä on tähän vuodenaikaan aina KYLMÄ!

Oppilaille on mahdollisuus vuokrata koulutuslaite käyttöönsä kurssin jälkeen ensimmäiseksi avovesikaudeksi. Laitteen vuokra on 210 eur ja palautus lokakuussa.

Laitteet, joita ei oteta vuokralle kuitataan palautetuiksi veneellä ennen poistumista. Huolehdi, että saat merkinnän palautuksesta laitevuokrasopimukseen.