

## **Intro to Tech - ekvivalent GUE Fundamentals**

### Úvod:

Fundamentals je vytvorený tak, aby potápačom s kurzom OWD a AOWD dal základy potápania DIR so všetkými jeho prvkami. Tento kurz je úvodom do sveta technického alebo pokročilého rekreačného potápania a je vytvorený tak, aby bol potápač pripravený na pokročilé technické stupne ako je Tech alebo Cave.

### Obsah kurzu:

Kurz obsahuje štyri dni výučby, v ktorej je zahrnutých šesť ponorov

#### **1.deň**

2 hodiny teórie, ktorá obsahuje úvod a základy technického potápania. Ďalej nasledujú 3 hodiny teórie, kde sa oboznámime s kompletnou výstrojom a konfiguráciou DIR a ukážeme si rozdiely medzi štandardnou a DIR výbavou a všetky riziká, ktoré sú spojené s nesprávnou konfiguráciou výstroja. Po oboznámení sa s DIR výstrojom prechádzame na suché cvičenia, kde si osvojíme základné cviky, ktoré sa robia pri potápaní. Teória nás naučí správne vyváženie a polohu v trime, pohyb pod vodou rôznymi technikami kopov a cúvanie. Naučíme sa jednotnú podvodnú komunikáciu, tímovú spoluprácu, riešenie krízových situácií a bezpečné plánovanie ponorov. Zvyšok dňa je strávený v prostredí bazéna

#### **2. deň**

Druhý deň zahŕňa 2 ponory na otvorenej vode, kde prvý ponor obsahuje praktické cvičenia, ktoré sme sa naučili v teoretickej príprave a v bazéne, kde inštruktor predvádza všetky cvičenia a študenti následne opakujú predvedené techniky. V druhom ponore študenti predvádzajú svoje vedomosti samostatne. V záverečnej časti tohto dňa prebieha diskusia o vašich prípadných chybách, ktorých ste sa dopustili počas ponoru

#### **3.deň**

Tretím dňom nadväzujeme na predošlé cvičenia a uskutočníme ďalšie dva ponory, kde si nacvičujeme krízové situácie a ich riešenie.

#### **4 deň**

Štvrtý deň je záverečný a každý jeden kurzista musí sám predviesť všetky vedomosti ktoré sa počas kurzu naučil.

Kurzy nie sú počas dňa časovo ohraničené a môžu trvať do neskorých nočných hodín. Hĺbka ponoru bude od 6 do 30 metrov. Počas ponorov sa nebudú používať dekompresné fľaše /Stage/. Môže byť použitý Nitrox. Ponory musia byť s použitím fliaš 2x 12 l s použitím dvoch oddelených prvých stupňov s DIR konfiguráciou. Pomer žiakov a inštruktora je 4:1.

#### Podmienky začatia kurzu:

Vek min.18 rokov

Min. kvalifikácia OWD, AOWD a Nitrox

Preplávanie 20 metrov na jeden nádych

Preplávanie 360 metrov za menej ako 16 minút

Predvedenie základných krízových situácií a ich zvládnutie

#### Požadovaná výstroj:

Výstroj, ktorú budete používať je konfigurovaná podľa systému DIR, je jednoduchá a účinná. Aby ste si osvojili všetky vedomosti musíte sa oboznámiť s kompletným DIR výstrojom. Aby ste mali lepší prehľad z čoho pozostáva DIR výstroj ponúkame vám základný prehľad danej výstroje.

#### Prehľad výstroja:

- Krídlo s oceľovou alebo hliníkovou chrbtovou doskou
- Potápačský počítač alebo hĺbkomer s meračom času a kompas
- Manometer
- Plutvy JET-Fins
- Nožík
- Wettnotes
- Bezpečnostná cievka/vodiaca šnúra/
- Dekompresná bójka
- Potápačský oblek
- Automatika v DIR konfigurácii
- Potápačská fľaša 2x 12l
- Svetlo s oddeleným kanistrom s goodmanovou rúčkou
- Záložné svetlo