



Potápěč*

Open Water Diver *

CMAS Germany Bronze / CMAS * /

Důležité zásady:

1. Na začátku přezkouší instruktor předpoklady pro potápění.
2. Jednotlivé body kroků výuky mohou být kombinované i jinak.
V každém případě je závazný počet kroků.
3. Instruktor, který provádí zkoušku, ji stvrzuje na zadní straně a v potápěčském průkaze.
4. Veškeré kroky vedoucí k závěrečné zkoušce mají časové omezení 15 měsíců, jinak musí být celý sled kroků proveden znovu.
5. Potvrzení každého kroku úlohy (výuky) je platné jedině jestliže je dobře čitelné jméno a číslo instruktora.
6. Základem certifikace UDI je průkaz s číslem, které se píše na žádost o kartu!
7. Při každém způsobu výuky potápění je bezpečnost žáků a instruktorů přednostní.
8. Sestavením nouzového plánu pro místo potápění je zodpovědný instruktor a musí s tímto seznámit žáky (nouzové východy a záchranné prostředky).
9. Nechte si od svého instruktora předložit průkaz, že má povolení k výuce a zkoušení (platný průkaz nebo karta). **Když není platná licence, nemůže být potvrzena ani zkouška!**
10. Žák musí na konci výuky umět samostatně vést potápěčský deník.
Pamatuj na vlastní bezpečnost: Nikdy se nepotápěj sám!

Volná voda

1.1 Předpoklady

- věk - minimálně 14let. (*Souhlas zákonného zástupce u nezletilých*)
- vyplnění "Prohlášení o zdravotním stavu" před zahájením praktického výcviku - příp. lékařská prohlídka.
- uplavat na hluboké vodě 150 metrů.

1.2 Speciální předpisy

Po předložení potvrzení o absolvování kurzu **Pool Diver** nebo **Junior Diver** odpadá pozice 1.4 a část 1.5, když od počátku výcviku "PD", "JD" až do ukončení výcviku P* neuplynulo více než 15 měsíců. Cvičení s přístrojem (2.0) se opakují při potápěčských hodinách tak často, až si je potápěči osvojí. Za den je možné absolvovat maximálně 3 ponory!

1.3 Doporučení

UDI doporučuje účast na kurzu první pomoci (CPR) a kurzu vodní záchrany.

1.4 Písemná zkouška

Na základě předloženého testu od instruktora musí být během časového limitu zodpovězeny otázky.

1.5 Cvičení s dýchací trubicí

30 vteřin výdrž pod vodou s proměnou místa (cca 10 metrů) // 25 metrů pod vodou // 3x za sebou ponor do 2-5 metrů během jedné minuty // 20 minut šnorchlovat, vždy 5 minut kraul, 5 minut levá a pravá strana a 5 minut znak, pak s jednou ploutví, přičemž celkem se má uplavat min. 500 metrů // Jako potápěč s ABC pomoci plně ustrojenému potápěči z cca 2-5 metrů hloubky a 50 metrů na hladině transportovat // 2 předepsané skoky v kompletní výstroji z ½ metrové výšky.

2.0 Potápění

celkem 4 ponory (každý cca 15 minut v hloubce od 5 do 18 metrů)

	Úlohy	Účel úloh
K ro k 1	<ul style="list-style-type: none">• Plánování ponoru.• Nastavit vyvážení (určit množství olov).• Vyvážení pomocí inflátoru v různých hloubkách.• Dát a přijmout 5 základních signálů.	Uchazeč má být schopen vyjmenovat důležité části plánování, že pomocí svého technického vybavení se dokáže dostat do rovnováhy, a že pod vodou může signály dávat a na signály druhých správně reagovat.
K ro k 2	<ul style="list-style-type: none">• Rychlé kontrolované zanoření a včasné najetí rovnováhy aniž by se zvířil sediment na dně.• Opasek se zátěží otevřít a zase zavřít.• Rychlé, ale kontrolované vynoření z hloubky max. 10 metrů se zastávkou na 1 minutu ve 3 metrech.	Má se dokázat, že během sestupu i výstupu lze najít rovnováhu pomocí výstroje, že umí otevřít a opět zavřít zátěžový opasek a že lze bez velkých těžkostí dodržet zastávku v hloubce 3 metry
K ro k 3	<ul style="list-style-type: none">• Výstup z max. hloubky (určeno instruktorem) při výměně PA. Uchazeč dává partnerovi cca 5x svou PA do ruky, aniž by ji sám pustil.• Výměna může být provede až na přímé přání obou partnerů.• Na hladině zaměnit PA za dýchací trubici a pak 15 minut s kompletní výstrojí plavat libovolným stylem.• Volné potápění na laně do hloubky 5 metrů (bez přístroje).	Uchazeč má dokázat, že je kdykoliv možné na dobu dvou vdechů PA vyjmout a přitom vzduch vypouštět ústy a pak PA vzít zpět bez zmatku, dále že má určitou výdrž a umí se potápět i jen s ABC. Vždy dbát na to, aby se od skupiny nevzdaloval (nad i pod vodou).
K ro k 4	<ul style="list-style-type: none">• Kontrola správnosti a funkční test výstroje u sebe i u partnera.• Po potápění ukládání výstroje.• Účastník odloží jacket v hloubce určené instruktorem a opět ho ustrojí.• PA z úst vyndat a za záda odhodit a opět vylovit.• V instruktorem určené hloubce zaplavit masku vodou a vyfouknout.• Volný výstup z cca 5ti metrové hloubky bez PA (simulace nouzového výstupu).	Má se ukázat, že veškeré vybavení má u sebe a že usazení a poloha souhlasí. Veškeré uzávěry jsou uzavřeny a přístroje fungují. Po potápění: ventily uzavřít, vzduch odfouknout, přístroj položit, chránit. Má ukázat, že v nouzové situaci při zadržení dechu dokáže zachovat klid a šikovnými pohyby PA najít. Dokázat, že i přes špatnou viditelnost a nízkou teplotu udrží klid a masku zase může použít.
K ro k 5	<ul style="list-style-type: none">• Vedení skupiny: uchazeč vede skupinu k předem domluvenému místu pod vodou, který leží v cca 50ti metrové dálce.• Uchazeč se vzdálí cca 5 metrů od partnera, vyndá svou PA z úst, do plave k němu a cca 5 minut dýchá ze záložní PA partnera.	Uchazeč má dokázat, že při nouzi o vzduch udrží klid a neplave k hladině, ale k partnerovi.
K ro k 6	<ul style="list-style-type: none">• Záchrana plně ustrojeného potápěče, transport na povrch a na pobřeží.• Demonstrace první pomoci - metody.• Demonstrace protiřokové a stabilizované polohy.• Vyjmenovat postup záchranné akce (ústně).	Uchazeč má dokázat, že pod vodou i na hladině umí všechny potřebné kroky k záchraně plně ustrojeného potápěče. Rozdílné postupy a číselné poměry srd. masáže a vdechů musí být známy a použity. Zrovna tak musí být známa poloha zachraňovaného, musí být známo, kde je nejbližší telefon, nouzové číslo a jak popsat havarii a místo (s pomocí instruktora).

Poskytovatel služby - dále "Instruktor" musí poskytnout následující informace :

- smluvní podmínky včetně podmínek týkajících se podpisu, plnění a ukončení smlouvy;
- základní podmínky a kvalifikační požadavky, které je nutné splňovat pro přijetí do kurzu - "prohlášení"
- požadavky na výstroj a vybavení;
- náklady - cena kurzu
- požadavky na pojištění v souladu s národními předpisy
- seznámení s místními podmínkami
- legislativní požadavky související s potápěním a právní aspekty kurzu potápění
- oprávnění kvalifikačního stupně potápěč P* Open Water Diver
- rozsah výcviku
- postupy používané při výcviku
- prostředky a metody hodnocení, kritéria pro úspěšné absolvování výcviku
- o tom, že budou uchovány osobní údaje účastníků výcviku, které mohou být předány výcvikové organizaci.
- informace o místu ponoru, zejména o nebezpečích, která by mohla ohrozit bezpečnost potápěčů (např. podvodní překážky apod.) při výcviku ve volné vodě
- sestavení partnerských dvojic a/nebo skupiny potápěčů včetně její velikosti
- omezení týkající se hloubky a času pod vodou.

Před každým ponorem nebo výcvikovou hodinou musí být klienti seznámeni s bezpečnostními opatřeními, včetně:

- představení pracovníků poskytovatele a jejich role
- seznámení s nouzovým plánem pro místo potápění – postupy a záchrannými prostředky
- rozdělení do partnerských dvojic/skupin
- požadavků na klienta