

CMAS Adv. Nitrox

Lørdag & Søndag d. 20-21. Marts 2010

Til deltagerne på CMAS Adv. Nitrox Kursus

Jeg har hermed den glæde, at sende dig det materiale du skal bruge på Nitrox kurset. I det følgende kan du finde oplysninger om kurset og dets gennemførelse.

Afviklings sted:

Kurset afvikles I Dykker klubben Aktiv i Fredericia.
adresse er:

Klubbens adresse er
Dykkerklubben AKTIV
Lyngsoddevej 7
7000, Fredericia
Under Den Nye Lillebæltsbro på Jyllandssiden

Hvornår:

Lørdag D. 20/3 og Søndag D. 21/3 kl 8.00 til ca. 22.00

For at deltage i CMAS Adv. Nitrox kursus skal du opfylde:

- 18 år
- CMAS ** dykker (P2) eller tilsvarende
- CMAS Basic Nitrox dykker eller tilsvarende
- 50 dyk heraf 5 med Nitrox
- Lægeattest ikke over 5 år gammel (3 år for kursister over 40 år)
- Være medlem af DSF

Du skal medbringe følgende til kurset:

- Logbog, minimum de seneste 25 dykning.
- CMAS Basic Nitrox certifikat eller tilsvarende
- Godkendt lægeattest jf. ovenstående.
- DSF medlems kort.
- Pasfoto (må gerne være på digital form)
- Skrivematerialer, notatpapir, teoribøger (DSF Nitrox håndbogen), lommeregner.
- Komplet flaske dykker udstyr til dyk i åben vand. (bemærk specielle krav til udstyr)

Specielle krav til Udstyr

Ud over det normale flaske dykker udstyr stilles der specielle krav til udstyr på dette kursus som er flg.

- et dobbelt flaskesæt med isolationsmanifold, på mindst 4000 liter fri luft, eller

CMAS Adv. Nitrox

Lørdag & Søndag d. 20-21. Marts 2010

- en enkelt flaske på mindst 15 liter flaske + ponyflaske på mindst 3 liter
- to uafhængige opdriftsmidler
- Mindst en deko-bøje
- Mindst en spole eller line hjul
- En wetnote eller skrive plade

Forberedelse til kurset

Da dette kursus køre som et meget komprimeret forløb stiller det store krav til deltagernes forberedelse.

• **Teori**

- Der skal ved kursusstart have læst hele DSF Nitrox håndbogen.
- Ved kursus start forventes det at Basic Nitrox teori er kendt og forstået af alle det vi sige, til og med side 64 I DSF Nitrox håndbogen.

• **Praktik** (du skal ved kursus have rimelig styr på afbalancering)

På flg link's, kan du se nogle af de øvelser du skal mester til prøve aflæggelsen.

<http://www.divedata.dk/kursus/trimix/procedure/valve.html>

<http://www.divedata.dk/kursus/trimix/procedure/smb.html>

<http://www.divedata.dk/kursus/trimix/procedure/stage.html>

<http://www.divedata.dk/kursus/trimix/procedure/mask.html>

hvis nogle af kursisterne er klar til det, aflægges der prøve direkte om søndagen, men er man ikke klar til det, bruger vi søndagen til at øve de forskellige praktiske ting, derefter kan man selv øve vider på almindelige dyk, og når man er klar kan man aflægge prøve hos mig, så længe det er inde for 1 år fra kursus start.

Forplejning

Der kan i klubben købes Øl og vand (kaffe er gratis).

Middags mad skal kursisterne selv sørge for, der er inkøbs muligheder tæt ved klubben, eller der kan bestilles Pizza fra det lokale Pizzeria.

Hvis der skulle være en der får lyst til at tage en kage eller noget med skal i ikke holde jeg tilbage ☺

CMAS Adv. Nitrox

Lørdag & Søndag d. 20-21. Marts 2010

kursusplan Lørdag D. 8 Marts 2008		
Tid	Emne	Henvisning
9:00 – 9:30	Velkomst <ul style="list-style-type: none"> • Målet med kurset • Optagelseskrav • Praktiske oplysninger • Krav om anvendt udstyr på kurset • Gennemgang af kursets praktiske dyk og krav for beståelse 	
9:30 – 11:00	Dykkerfysiologi <ul style="list-style-type: none"> • Fordele ved nitrox • Ulemper ved nitrox • Oxygen • Kuldioxid • Nitrogen 	
11:00 – 11:45	Dykkerskader <ul style="list-style-type: none"> • Trykfaldssyge • Hyperoxi • CO2 forgiftning • Nitrogennarkose • Førstehjælp ved opståede ulykker 	
11:45 – 12:30	Frokost	
12:30 – 13:15	Fremstilling af nitrox <ul style="list-style-type: none"> • Fyldning af bundgas og dekompressionsgas • Analyse af gas med høj FO2 • Mærkning af flasker og regulatorer 	
13:15 – 15:15	Konfiguration <ul style="list-style-type: none"> • Konfiguration af flaskesæt og stageflasker • Betjening af ekstra udstyr 	
15:15 – 15:30	Kaffe pause	
15:30 – 16:30	Praktisk dykning <ul style="list-style-type: none"> • Procedure • Udstyr og anvendelse Planlægning 	
16:30 – 18:30	Tabeller og Deco <ul style="list-style-type: none"> • Timer / Computere / Software • Runtimes • Praktisk planlægning 	
60 min	Muligvis teori prøve Hvis vi har tid og er tidlig færdig kan vi muligvis tage teori prøven her	

CMAS Adv. Nitrox

Lørdag & Søndag d. 20-21. Marts 2010

kursusplan Lørdag D. 8 Marts 2008		
Tid	Emne	Henvisning
9:00 – 9:45	Velkomst <ul style="list-style-type: none"> • Vi mødes på dykker stedet (en af kursisterne medbringer båd, hvis den skal bruges) • Breafing • Omkladning. 	
09:45 – 11:00	Første Dyk 3-6 meter dybde <ul style="list-style-type: none"> • Skift mellem maske og reservemaske • Shutdown / ventil øvelse • Opsendelse af dekompressionsbøje • Flydende dekompression under bøje, vandret, uden at "hænge" I bøjen • Montering og afmontering af stageflasker 	
11:00 – 12:00	Teori prøve <ul style="list-style-type: none"> • Prøven er skriftlig og være 60min • Vi holder den her hvis der er forhold til det eller og vi ikke har nået det Fredag • Bog, notater og lommeregner må medbringes 	
12:00 – 12:30	Frokost og Breafing	
12:30 – 13:30	Andet Dyk ca. 15 meter dybde <ul style="list-style-type: none"> • Opsendelse af dekompressionsbøje • Flydende dekompression under bøje, vandret, uden at "hænge" I bøjen 	
13:30 – 14:30	Pak sammen <ul style="list-style-type: none"> • Fælden grej pakkes • Omklædning • Hjem transport til klubben 	
14:30 – 15:00	Evaluering og afrunding <ul style="list-style-type: none"> • Debriefing • Afrunding • Personlig feedback (bestået / ikke bestået, hvordan kommer jeg vider her fra) 	

CMAS Adv. Nitrox

Lørdag & Søndag d. 20-21. Marts 2010

Hvad koster det

Kurset koster 800,- som dækker Kursus gebyret for deltagelse på kurset er 600,-

Samt gebyr til DSF for certifikat udstedelse 200,-

Ud over dette skal man selv anskaffe sig en Teori bog kan man selv bestille via DSF, Hvis man ikke har den i forvejen, fra sit Nitrox kursus, det er nemlig den samme man bruger på Basic Nitrox, bogen koster 250,- hos DSF.

Tilmelding og betaling

For at tilmelde dig kurset skal du sende mig en mail samt betale for kurset ved at lave en overførelse til min konto eller betale kontant til mig.

Fik jeg det hele med ?

Skulle der være spørgsmål til indholdet i denne kursusmeddelelse eller andre problemer f.eks. vedrørende udstyr eller materialet er du velkommen til at e-maile eller ringe til undertegnede.

Skulle du være nødt til at melde afbud, må du af hensyn til andre kursister meddele det hurtigst muligt til undertegnede.

Kontakt:

Morten Dall Darmer

Tel.: 22 74 22 84

E-mail: morten@dive-data.dk

Reg.: 3219

Konto.: 3219 376 103