



Subcommissie Vrijduiken

Gelieve hieronder een corona-update te vinden, specifiek voor het vrijduiken – 05/06/2020

De laatste weken heeft de subcommissie Vrijduiken enkele succesvolle sessies georganiseerd in Opprebais. Ekeren zou heel binnenkort ook op het programma moeten staan en we verwachten dat Dongelberg, La Gombe en Zeeland in de komende weken weer toegankelijk zullen zijn.

De tijdelijke dieptebeperking is voortaan als volgt aanvaardbaar.

- Geen brevet: doopduiken na afspraak met een FDI
- Discovery en Kandidaat-Adventure = 10 m.
- Adventure 15 m
- Advanced 22 m
- Master 30 m
- Vrijduikers in opleiding voor een volgend brevet mogen niet dieper duiken dan wat hun huidige brevet toelaat.

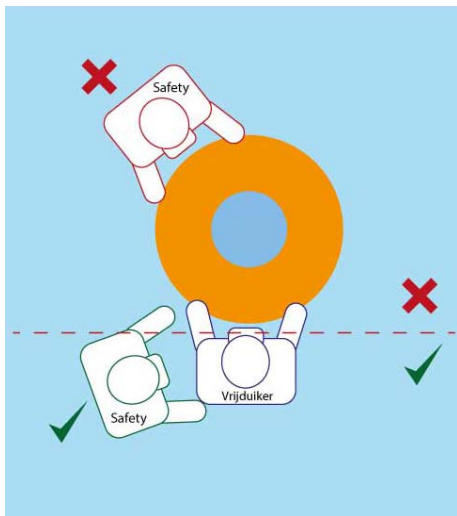
Wel adviseren we tot vrijblijvend progressieve opbouw naar de toegelaten diepte over 3 tot 5 duiken. Bij enig gevoel van pijn of onbehagen in de borstkas breek je onmiddellijk de duiksessie af. Eveneens wordt de Geneeskundige commissie graag op de hoogte gehouden van al dan niet optreden van complicaties bij vrijduikers zodat ze de vinger aan de pols kunnen houden.

Hoewel de versoepeling van de corona-maatregelen overal aan de gang is, willen we toch iedereen er aan herinneren dat het virus nog circuleert en dat ook na de sessie de social distancing moet gerespecteerd worden. Dus ook als we een gezellige debriefing houden, moeten we op meer dan 1,5 m afstand van elkaar blijven.

We hopen jullie in goede gezondheid te zien tijdens een van de volgende oefensessies. We raden iedereen aan om opnieuw te gaan vrijduiken. We zullen ervoor zorgen dat iedereen op een veilige manier de gelegenheid krijgt om in het water te gaan, ook al blijven Nemo33, Transfo, Todi en de landsgrenzen nog voor een tijdje gesloten.

Tijdelijk duikreglement

- FRC duiken en EL duiken zijn verboden.
- De proeven 'diepe reddingen' en 'rope rescue' worden nu niet gedaan.
- Simulaties van reddingen zijn verboden.
- Oefenduitsessies en opleidingduiksessies zijn toegestaan indien het vereiste kader hiervoor deel uitmaakt van de duiksessie.
- Samenstelling van de ploegen
 - Opstelling 1 (1 boei, 2 vrijduikers). Dit is de beste opstelling i.v.m. afstand houden. Dit vormt echter een veiligheidsprobleem. Als er iets gebeurt moet de safety de rope rescue helemaal alleen doen. Om het risico te beperken kan er een tweede boei met 2 vrijduikers als 'groep' ingedeeld worden op korte afstand van elkaar (± 3 m). Dit is in open lucht voldoende afstand voor zowel social distancing te respecteren als botsingen uit te sluiten. Op deze manier is er altijd wel iemand in de buurt die kan helpen als het nodig is.



- Opstelling 2 (1 boei, 3 vrijduikers). Vrijduiker en safety hangen kort bij elkaar aan de boei, met als principe: 'snorkel + vrijduikbril of neusklem = mondmasker'. Vrijduiker 3 drijft op $>1,5$ m afstand, met of zonder vlotter/2de boei. Hij kan onmiddellijk tussenkomen indien nodig. De vrijduiker bereidt zich voor op snorkel, met hoofd in het water. Hij kan zijn 'last breath' zonder snorkel doen (bijv. op de rug zoals voor een FIM). De safety houdt op snorkel zijn hoofd in het water wanneer de duiker zijn 'last breath' doet.
 - Opstelling 3 (2 boeien, 4 vrijduikers). Vrijduiker en safety aan de boei, de 2 anderen rusten aan een 2de boei op $>1,5$ m afstand, verbonden aan de eerste boei met een touwtje van een paar meters.
- Positie van de safety
 - De safety positioneert zich onder water reeds schuin achter de duiker zodat de duiker en de safety niet met het gelaat naar elkaar oppervlakte maken. Zie de bijhorende figuur.

- De safety houdt duikbril op en snorkel in, de duiker de duikbril of de neusklem. De combinatie kan beschouwd worden als “mondmasker” indien de afstand van 1,5 meter niet gehandhaafd kan worden. Dit houdt in dat alleen met tekens kan en mag gecommuniceerd worden.

Duikmateriaal

- Iedere duiker zorgt ervoor dat zijn eigen duikmateriaal in perfect hygiënische toestand verkeert.
- Lanyard is verplicht.
- Iedereen gebruikt verplicht zijn eigen materiaal: snorkel en lanyard worden niet gedeeld.

Freediving is fun!

Mellaerts Walter, 3*FDI

A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'Walter Mellaerts', written over a light blue horizontal line.