

Workshop i avvägning

Workshopen riktar sig till dig som vill förbättra din avvägning, behärska fler simtekniker, hitta ett bättre trim och mer stabilitet i vattnet. Genom att finslipa din avvägning ger du dig själv en förutsättning för att utvecklas i din dykning. Med kontroll över din avvägning sparar du gas, visar aktsamhet om den känsliga undervattensmiljön och blir säkrare och mer avspänd i vattnet. Dessutom blir dykningen roligare!

Du får lära dig tekniker för trim, balans och avvägning av en instruktör med gedigen utbildning och bred erfarenhet inom avancerad dykning. Vi kommer att gå igenom:

- Avvägning
- Effektiva simtekniker
- Backning och vändningar
- Trim och balans
- Strömlinjeformad och balanserad utrustning
- Gasdelning och masktömning avvägt
- Kontrollerade ned- och uppstigningar
- Användande av ytmarkeringsboj och uppstigning med hjälp av boj och spole



Upplägg

Workshopen sträcker sig normalt över en helg och omfattar minst fyra dyk och ett teoripass. Maxdjupet är 18 meter och alla dyk genomförs inom tider för direktuppstigning.

Efter denna workshop har du fått verktyg och kunskap för att på egen hand arbeta vidare med att förbättra din avvägning, balans och trim i vattnet. Du har fått kännedom om flera fentekniker och har fått grundläggande träning i att lösa problem avvägt.

Förkrav

- Certifierad dykare
- Minst 18 år gammal
- Minst 10 dyk
- God fysisk och mental hälsa

Utrustningskrav

- Kompletta dykutrustning
- Torrdräkt och underställ anpassat för rådande temperaturförhållanden

Om du idag dyker med så kallad jackväst eller vingväst kommer du under workshopen ges möjlighet att prova på att dyka med platta, remställ och vinge för enkelflaska.

Övrigt

Kostnader för luft ingår. Övriga kostnader såsom transporter och ev. boende tillkommer.

Webb

www.proficientdiving.se

E-post

info@proficientdiving.se

Telefon

0705-34 10 34

2015-04-17