

## Doubles workshop

Workshopen riktar sig till dig som från grunden vill lära dig dyka med dubbelpaket och på så sätt undvika de vanliga fallgroparna och misstagen. Här får du möjlighet att träna på tekniker och färdigheter från grunden tillsammans med en instruktör som har en gedigen utbildning och bred erfarenhet inom avancerad dykning. Om du inte skaffat eget dubbelpaket ännu är detta ett utmärkt tillfälle att prova olika lösningar innan du bestämmer dig.

Vi kommer att öva trim, balans och avvägning med dubbelpaket, hur man når kranarna och träna krandrillar och gasdelning. Dessutom går vi igenom:

- Riggning och strömlinjeformning
- Slangdragning
- Viktfördelning och balansering
- Kranarnas uppbyggnad och felkällor
- Plattor, remställ och vingar
- Kringutrustning

### Upplägg

Workshopen omfattar en heldag där teori varvas med dykning. Maxdjupet är 18 meter och alla dyk genomförs inom tider för direktuppstigning.

Efter denna workshop har du fått en inblick i hur ett dubbelpaket fungerar och kan användas för att berika din dykning. Du har också fått grundläggande träning i avvägning, balansering och problemlösning.



### Förkrav

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

### Utrustningskrav

- Kompletta dykutrustning (dubbelpaket med minst 4000 liter gas)
- Torrdräkt

Om du saknar någon utrustningsdetalj kan du hyra av oss till förmånligt pris för användning på workshopen. Vi har allt utom underställ och torrdräkter för uthyrning.

### Övrigt

Boken *Teknisk dykning på ren svenska* rekommenderas (inget krav). Kostnader för gas, transporter och ev. boende tillkommer.

Webb

[www.proficientdiving.se](http://www.proficientdiving.se)

E-post

[info@proficientdiving.se](mailto:info@proficientdiving.se)

Telefon

0705-34 10 34

2015-04-17