

Duikplan maken en bewaken (3*D)

Vaardigheid type B: Bij deze vaardigheid is er zeker sprake van een technische component maar die is ondergeschikt aan het bereiken van het doel. Hoe je dat doel bereikt wordt in stappen beschreven. De techniek wordt bijna niet genoemd. Je instructeur mag de manier waarop je de techniek van de vaardigheid uitvoert niet voorschrijven en ook niet als zodanig toetsen.

[Inleiding](#)

[Uitvoering](#)

[Hier gaat je instructeur op letten](#)

Inleiding

Inmiddels kun jij best een duikplan maken. Tot nu heb je dat vooral via het hanteren van een aantal vuistregels gedaan. Die vuistregels vormen de basis voor jouw beslissingen. In de 3*-duikopleiding leer je beslissingen te nemen op basis van jouw eigen berekeningen. Dat levert een gedetailleerder duikplan op.

Met deze vaardigheid waarborg je de veiligheid van je buddy en natuurlijk van jezelf in twee stappen:

1. door een heldere duikplanning
2. door het inplannen van een luchtreserve en heldere communicatie met je buddy over wat jullie gaan doen.

Als 3*-duiker leer je een duikplan te maken voor duiken tot 30 meter.

[Terug naar boven](#)

Uitvoering

- Jij zorgt er samen met je buddy voor dat jullie duikplan binnen de volgende voorwaarden valt:
 - jullie duiken niet dieper dan 30 meter
 - jullie duik valt binnen de nultijd
 - Je zorgt dat je altijd direct kunt opstijgen naar de oppervlakte
 - Je zorgt dat je overal vrij kunt uitstappen er is dus geen verplichting om terug te gaan naar de plaats waar je te water gegaan bent.
- Samen met je buddy vul je nu verder het model-duikplan in:

Lucht

- het plan moet de minimale luchtvoorraad vermelden. Deze is gebaseerd op de berekening van de hoeveelheid lucht die jij en je buddy samen nodig hebben voor een opstijging op één fles, uitgaande van lichte stress waardoor jullie beiden twee keer zoveel lucht gebruiken. De minimale



luchtvoorraad kan nooit lager (wel hoger) zijn dan 50 bar (of 600 liter als je fles kleiner is dan 12 liter) bij een duik tot 20 meter en 75 bar (of 900 liter als je fles kleiner is dan 12 liter) bij een duik tot 30 meter. Je moet expliciet vermelden vanaf welke diepte je denkt op te stijgen en of je dat in het blauw doet of via de bodem.

- Je plan moet ook de omkeerdruk vermelden. Dat kan het moment zijn dat je ook echt fysiek omkeert, maar dat hoeft niet per se zo te zijn. De omkeerdruk geeft het moment aan waarop je op de helft van je beschikbare lucht bent. Je bent dan ook op de helft van je beschikbare duiktijd *als je zou blijven op de diepte waar je nu bent*. Als je steeds een beetje opstijgt, kun je de resterende duiktijd verlengen. Het is in elk geval een signaal dat je na moet gaan denken over hoe je de duik veilig kunt beëindigen.

Tijd

- Je plan moet vermelden wat de maximale duiktijd is en wat je nultijd is voor de maximale duikdiepte. Je kiest als nultijd voor het buddypaar de kortste maximale duiktijd van het buddypaar. Daardoor hou je automatisch rekening met bijvoorbeeld een herhalingsduik voor een van de leden van het buddypaar.
- én hoe jullie de duiktijd kunnen aanpassen, bijvoorbeeld vanwege de duikomstandigheden (weer, waterstuwing door de wind, koude), de gesteldheid van je buddy of jezelf.

Diepte

- in het plan vermeld je jullie maximale duikdiepte
- én hoe jullie de duikdiepte kunnen aanpassen, bijvoorbeeld vanwege de duikomstandigheden (weer, stuwing door de wind, koude), de gesteldheid van je buddy of jezelf

Route

- Globaal geef je aan wat de route is die je gaat volgen.

Algemeen

- je zet in het plan wie de leidend duiker is ([leiden van de duik](#))
- je maakt afspraken met je buddy over wanneer jullie de duik voortijdig afbreken (denk aan te weinig zicht, waterstuwing door de wind, koude) en die zet je in het plan
- je noteert of en wanneer jullie een buddylijn gebruiken.

[Terug naar boven](#)



Hier gaat je instructeur op letten

- Het opstellen van het duikplan vereist een goede voorbereiding en beoordeling van de lokale omstandigheden van de gekozen duikplaats. Informeer je zelf dus goed over de omstandigheden.
- Je instructeur controleert of tenminste de volgende elementen benoemd zijn in je duikplan:
 - Minimale druk
 - Omkeerdruk
 - Maximale duiktijd
 - Maximale duikdiepte
 - Route

[Terug naar boven](#)