



Laitesukelluksen syventävä jatkokurssi 13.5. – 30.9.2017

Kuopion urheilusukeltajat järjestää Sukeltajaliiton koulutusohjelman mukaisen laitesukelluksen syventävän jatkokurssin (CMAS*** P3). Kurssin vastuukouluttajana toimii Pentti Hartikainen.

Kurssi koostuu teoriaosuudesta, etätehtävistä, allastasotestistä, käytännön harjoitteista sekä vähintään kahdeksasta avovesisukelluksesta. Allastaitoradalla todennetaan riittävä taitotaso (vähintään P2). Käytännön harjoitukset ja avovesisukellukset järjestetään avovesikaudella erikseen sovittavina ajankohtina, mieluiten seuran tapahtumien yhteydessä. Syväasukellus (max 35–40 m) järjestetään tarkoitukseen sopivassa kohteessa. Hyväksytyt käytännön harjoitukset ja sukellussuoritteet merkitään suoritusvihkoon, jonka täyttymisestä oppilaan tulee itse pitää huolta yhdessä kouluttajien kanssa.

Syventävä jatkokurssi antaa sen hyväksytysti suorittaneelle henkilölle valmiudet toimia sukellustapahtumissa sukellusvanhimpana sekä suoranoususukeltamiseen 30 – 40 metrin syvyysalueella.

Kurssin pääsyvaatimukset

- Sukeltajaliiton jäsenyys
- terveys selvitys tai lääkärintodistus sukelluskelpoisuudesta
- CMAS P2-kortti tai vastaava (PADI, NAUI) ja kurssin alkaessa osoitettu kortitusta vastaava taitotaso
- voimassa oleva CMAS sukellusturvallisuuskortti (Rescue Diver) tai vastaava (tai viimeistään ennen käytännön harjoitteita ja avovesisukelluksia)
- voimassa oleva ensiapu- ja hapenanto pätevyys (tai viimeistään ennen kortin myöntämistä)
- vähintään 60 sukellusta, joista 20 syvyysalueella 20–30 m, 3 yö sukellusta sekä kokonaisuutena monipuolinen ja vaihteleva kokemus

Terveys selvitys tai lääkärintodistus sukelluskelpoisuudesta, sukellus- ja ensiapukortit sekä sukelluspäiväkirja on esitettävä vastuukouluttajalle kurssin teoriavaiheessa.

Ilmoittautuminen

Ilmoittautuminen kurssille tehdään sähköpostitse vastuukouluttajalle **30.4.2017 mennessä**. Ilmoita nimi, ikä, sukeltajaluokitus, puhelinnumero, sähköpostiosoite ja minkä seuran jäsen olet.

Kurssin hinta ja maksuehdot

Kurssin hinta on **230,00 €** sisältäen sukeltajakortin (CMAS). Maksun **eräpäivä on 9.5.2017** ja se suoritetaan Kuopion Urheilusukeltajat ry:n tilille **FI06 3131 3001 2641 34**.

Mainitse maksun viesti-osassa nimesi ja maksettava kurssi, esim. "Saku Sukeltaja P3-kurssi".

Mikäli joudut perumaan osallistumisen kurssille, ilmoita siitä mahdollisimman pian, kuitenkin viimeistään 13.5.2017. Kurssihintaa ei palauteta tämän jälkeen, vaikka osallistuminen peruuntuisi.

Kortitus ja -vaatimukset

Oppilaalle myönnetään kurssin hyväksytysti suoritettuaan **CMAS P3 -kortti**. Kortitusvaatimukset:

- 18 vuoden ikä
- kurssi on suoritettava loppuun 12 kuukauden kuluessa sen aloittamisesta
- hyväksytysti suoritettavat etätehtävät sekä teoriaosuus
- hyväksytysti suoritettavat allas- ja avovesiosuudet sekä käytännön harjoitteet
- kurssimaksu on maksettu Kuopion Urheilusukeltajille



Kurssilla tarvittavat varusteet

Teoriaosuus:

- pääsy tietokoneelle etätehtävien tekemiseksi
- muistiinpanovälineet ja laskin
- Vikman: Sukellus–kirja (suositus)

Altaaseen ja avoveteen:

- täydellinen laitesukellusvarustus (pullot täynnä)
- painovyö (vaikka olisi integroidut painot)
- merkkipoiju

Seura voi vuokrata sukelluslaitteita tarvittaessa. Huomioi kuitenkin syväsukelluksen kaasuntarve. Laittevuokrauksesta on sovittava erikseen kalustojaoksen kanssa.

Terveisin,
Pentti Hartikainen
Kurssin vastuukouluttaja
050-5122382
pena.hartikainen@outlook.com

Kurssiaikataulu alla

Kurssiaikataulu 2017

Pvm	Klo	Aihe
13.5. La	10:00 – 17:45	<u>Teoria ja allas: Niiralan uimahalli</u> Kurssin avaus Sukellusvanhimman toiminta Lounastauko Laitesukelluksen perustaidot
	18:00 – 21:00	AH1: Allastaitorata
14.5. Su	09:00 – 17:00	<u>Teoria: Marie Antoinette -laiva</u> L4: Pari- ja ryhmätyöskentely vedessä (1:30) L5: Fysiikka (1:30) Lounastauko L6: Fysiologia (1:30) L7: Dekompressioteoria (1:30) L8: Etätehtävien aloitus
14.5.–30.9.		Vapaavalintaiset etätehtävät (esim. itseopiskelu) - teemat sovitaan kurssilaisten kanssa - vähintään 2 eri aihetta (vähintään 2h 30min kukin) - voivat olla myös muita sukellus- tai sitä tukevia kursseja, jos suoritetaan kurssin kuluessa
15.5.–30.9.		Käytännön harjoitteet H1: Sukellustapahtuman suunnittelu H2: Sukellussuunnitelman laatiminen H3: Turvallisuus- ja pelastussuunnitelman laatiminen H4: Kirjurina toimiminen H5: Sukellusvanhimpana toimiminen H6: Johtaminen hätätilanteessa Avovesisukellukset (vähintään 8) Tulee hallita sujuvasti seuraavat taidot - hallittu laskeutuminen ja tasapainotus - potkutekniikat - kaasunjako - pelastautuminen ja pintapelastus - pelastusharjoitus - merkkipoijun ampuminen - suunnistus - sukeltaminen rajoitetussa näkyvyydessä - etsintämenetelmät - sukellus 35-40 m