



Nurek nitrox zaawansowany (Nitrox Advanced Diver)

Cel kursu: uczestnik powinien zostać zapoznany w teorii i praktyce z planowaniem, przygotowaniem i przeprowadzaniem poszczególnych etapów nurkowania z wymianą gazową na głębokości do 40 m, przy zastosowaniu nitroksu EAN 22% do 100% tlenu.

Po ukończeniu kursu powinien:

- znać i umieć skonfigurować odpowiednio wyposażenie, które będzie zgodne z wymaganiami niezbędnymi do przeprowadzania nurkowań z różnymi miesznaninami nitroksu,
- umieć pokonać szczególne trudności występujące podczas nurkowań nitrox z wymianą gazową,
- umieć pewnie używać specjalnego wyposażenia,
- umieć zastosować techniczne środki pomocnicze podczas dekompresji na otwartych wodach.

Warunki wstępne:

- wiek minimalny: 18 lat,
- poziom wykształcenia: IDA AOWD lub równoważne,
- IDA Nitrox Diver lub równoważne,
- wymagane doświadczenie: 50 nurkowań,
- zalecana specjalizacja: Dekompresja (Dekompression) i Podstawy nurkowania technicznego (Tec Fundamental),
- oświadczenie o stanie zdrowia (w przypadku niepełnoletnich wymagany jest podpis opiekuna prawnego),
- IDA rekomenduje posiadanie ważnego badania lekarskiego (zaświadczenia o zdolności do nurkowania).

Niezbędne wyposażenie dodatkowe:

Zalecane wyposażenie IDA – dodatkowa konfiguracja:

- zestaw dwubutlowy (twinset z manifoldem separującym),
- stage 80 cf – 40 cf 7l Alu z manometrem o czystości tlenowej,
- zestaw: skrzydło z tylną płytą,
- alternatywnie: konfiguracja boczna (Sidemount)
- długie węże średniego ciśnienia do drugiego stopnia: jeden dłuższy o długości 1,5 lub 2,1 m i drugi krótszy,
- mokry oraz suchy skafander (preferuje się trilaminat),
- płetwy (preferowane gumowe),
- komputer nurkowy, umiarkowanie polecany (komputer lub zegarek i głębokościomierz),
- tabliczka naramienna do pisania lub notes do nurkowania, maska back-up, nóż lub alternatywne narzędzie do cięcia, latarka i lampka back-up,
- szpula z minimalnie 30 m linki i boje dekompresyjne (preferowana boja TEC).

Część teoretyczna:

- aspekty fizjologiczne,
- tlen i problematyka azotowa (MOD, CNS, OTU, EAD),
- tabele nitrox i komputer nurkowy nitroksowy,
- obliczenia: CNS, dekompresyjne i zużycia gazu,
- tabele czasu pracy i dekompresji,
- przygotowywanie nurkowania za pomocą planera i programów komputerowych nitrox,
- zarządzanie gazem i w przypadku nagłego wypadku,
- ratowanie nurka, który uległ wypadkowi,
- konfiguracja i zestawienie wyposażenia,
- obchodzenie się z butlą z wymianą gazową,
- poprawna komunikacja.

Część praktyczna: liczba nurkowań: 4

Wszystkie ćwiczenia mają charakter treningowy i powinny być tak długo ćwiczone, aż zostaną w pełni opanowane. Ćwiczenia i problemy powinny być rozwiązywane w grupie.

Nurkowanie 1: 15 - 25 metrów głębokości,

Nurkowanie 2: 20 - 30 metrów głębokości,

Nurkowanie 3: 25 - 40 metrów głębokości,

Nurkowanie 4: 30 - 40 metrów głębokości,

Czas nurkowania dla każdego z nurkowań wynosi minimum 30 min / TSV 1:3.

Użycie gazów standardowych odpowiednio do MOD (maksymalnej głębokości roboczej).

Podczas wszystkich nurkowań powinno być ćwiczone:

- planowanie nurkowania i nurkowanie według Run-Time (czas pracy),
- obliczenia dotyczące nurkowań, wraz z obliczeniami AMV (wentylacji minutowej),
- konfigurowanie wyposażenia dla zaplanowanego nurkowania,
- poprawne pozycjonowanie wyposażenia,
- sekwencja nurkowania wstępnego (Buddy-Check, Bubble-Check, S- Drill),
- prawidłowe tarowanie i trymowanie,
- wymiana gazowa: wymiana mieszanki podstawowej na mieszaninę dekompresyjną z prawidłową obsługą zaworu oraz poprawne prowadzenie węża regulatora oddychania, a następnie wymiana powrotna na mieszaninę podstawową z poprawnym schowaniem regulatora butli.

Ćwiczenia nurkowe:

Utrzymywanie się w wodzie i trymowanie: kontrola utrzymywania się na wodzie i kontrola trymowania nurka, który w stanie zawieszenia powinien przebywać w pozycji horyzontalnej, bez użycia płetw i ramion,

Hovern (unoszenie się w bezruchu) - utrzymanie stanu zawieszenia przez co najmniej 2 minuty, na głębokości 6 m i 15 m, bez użycia płetw,

Stage (butla) - zakładanie i zdejmowanie butli na głębokości 6m i prawidłowe utrzymywanie się w wodzie,

Butla z automatem - zdejmowanie na powierzchni podczas płynięcia,

Techniki używania płetw - Frog Kick (żabka), Modified Frog Kick (zmodyfikowana „żabka”), Flutter Kick (poruszanie nogami, płetwami w stylu „nożyce”), Modified Flutter Kick (zmodyfikowany styl „nożyce”), Back Kick (kopnięcia tylne), Helicopter Turn,

Wymiana maski - zdejmowanie maski i wymiana na maskę zapasową,

V- Drill /Postępowanie z zaworem/ - wymiana na własne, alternatywne źródło powietrza i z powrotem, jak i zamykanie i otwieranie w między czasie wentyla do nieużywanego źródła powietrza. Wymiana z jednego na drugie źródło powietrza powinna być przeprowadzana również odwrotnie, aby była również zagwarantowana dostępność innego zaworu,

SMB/ Hebesack (Boja sygnalizacyjna /torba służąca do podnoszenia przedmiotów z pod wody, na powierzchnię). Wypływanie w górę z głębokości 15 m - wahania głębokości nurkowania powinny wynosić +/- 1 m. Boja sygnalizacyjna powinna być przy tym tak wypełniona, aby nurek mógł się utrzymać na podanej głębokości,

Wznoszenie - w otwartym akwenu wodnym z wystrzeleniem boji sygnalizacyjnej i dekompresją w toni,

S-Drill / postępowanie w przypadku utraty gazu - na maksymalnie 10 - metrowej głębokości z pełnym wyposażeniem, z wyciągniętym automatem, nurkować w odległości 15 m do partnera. Następnie zmienić zaopatrzenie w gaz na gaz partnera i oddychać minimum przez 5 minut z automatu partnera, a następnie z powrotem przejść na własne zaopatrzenie w gaz i schować długi wąż. Podczas ćwiczeń wskazane jest prawidłowe utrzymywanie się w wodzie (tarowanie),

Postępowanie w przypadku utraty gazu: jako przewodnik grupy oddać główny automat partnerowi nurkowania na głębokości 30 m i następnie z kontrolowaną prędkością, zgodnie z danymi wynurzać się z całą grupą nurkową, aż do pierwszej wymiany gazowej. Wymianę gazową należy przeprowadzać każdy na swojej butli, kontynuując kroki nurkowania,

Ratowanie nurka, który uległ wypadkowi z 10m głębokości, wraz z łańcuchem ratunkowym,

10 minutowe pływanie - z pełnym wyposażeniem (wraz z dodatkowym wyposażeniem) .

Ocenianie: Egzamin teoretyczny polega na odpowiedzi na pytania zawarte w przedłożonym przez instruktora kwestionariuszu IDA, w którego skład wchodzi pytania odnoszące się do treści nauczania. Czas trwania pisemnego egzaminu, jak i warunki jego zaliczenia podane są na kwestionariuszu.

Instruktor szkolący poprzez ocenę pisemnej części egzaminu, instruowanie i nadzorowanie ćwiczeń w ramach szkolenia praktycznego, regularne omawianie, zarówno podczas, jak i na końcu kursu stwierdza, czy uczestnik osiągnął cele, które były założeniem kursu.

Certyfikacja: pomyślne ukończenie kursu, rejestrowane przez centralę IDA, jest potwierdzane w formie formularza przeprowadzonego kursu wraz z podpisem instruktora i uczestnika kursu oraz odpowiednim wpisem w książeczce uczestnika kursu z pieczęcią i podpisem szkolącego instruktora nurkowania. Ponadto uczestnik otrzymuje ID-Card.

Dodatkowo może być wystawiony dyplom oraz naklejka do książeczki nurkowej uczestnika.