



# Verklaring van begrip van de duikveiligheidsregels

## S.v.p. zorgvuldig lezen voordat je dit formulier ondertekent.

Dit is een verklaring waarmee je aangeeft op de hoogte te zijn gebracht van de vastgestelde basisgedragsregels voor veilig perslucht- en snorkelduiken. Deze gedragsregels zijn samengevat voor jouw kennisname en begrip en zijn bedoeld om je comfort en veiligheid bij het duiken te vergroten. Jouw handtekening op deze verklaring is nodig als bewijs dat je op hoogte bent van deze regels. Bestudeer en bespreek deze verklaring voordat je hem ondertekent. Als je nog minderjarig bent dan moet deze verklaring mede door een ouder of voogd ondertekend worden.

Ik, (naam in blokletters) \_\_\_\_\_ (In blokletters) \_\_\_\_\_, begrijp dat ik als duiker:

1. In een goede geestelijke en lichamelijke conditie moet blijven. Moet vermijden om onder invloed te zijn van alcohol, medicijnen of drugs als ik ga duiken. Bekwaam moet blijven in mijn duikvaardigheden, moet streven deze te verbeteren door oefening en vervolgcursussen en dat ik na een tijd niet gedoken te hebben mijn vaardigheden moet herhalen in een gecontroleerde omgeving, mijn cursusmateriaal moet raadplegen om de lesstof bij te houden en belangrijke informatie nog eens door te nemen.
2. Bekend moet zijn met de duikstek. Als ik dat niet ben dan moet ik informatie inwinnen bij een goed geïnformeerde, plaatselijke instantie. De duik moet uitstellen of een alternatieve duikstek moet uitzoeken als de omstandigheden slechter of moeilijker zijn dan ik gewend ben. Alleen moet meedoen met duikactiviteiten die passen bij mijn ervaring en opleiding. Me niet moet inlaten met technisch duiken of grotduiken tenzij ik daarvoor een gerichte duikcursus heb gevolgd.
3. Gebruik moet maken van betrouwbare, gecontroleerde en goed onderhouden duikuitrusting waarmee ik bekend ben. Gebruik moet maken van een trimvest (BCD), lagedrukinflator, onderwatermanometer en alternatieve luchtbron en instrumenten voor decompressieberekeningen (duikcomputer, RDP/duiktabellen – afhankelijk van waarvoor je bent opgeleid) bij het duiken. Niet mag toestaan dat ongebreveerde duikers mijn uitrusting gebruiken.
4. Zorgvuldig moet luisteren naar de duikbriefings en aanwijzingen en het advies opvolgen van diegenen die de duikactiviteit leiden. Moet weten dat extra training wordt aanbevolen voor deelname aan specialty duikactiviteiten, duiken in een ander geografisch gebied of als ik na langer dan zes maanden niet gedoken heb.
5. Bij elke duik het buddiesysteem moet toepassen. De duik samen met mijn buddy moet plannen – onder andere communicatie, hoe weer bij elkaar te komen als we elkaar kwijtraken, en noodprocedures.
6. Duiken moet kunnen plannen (gebruik van duikcomputer of duiktabel). Altijd duiken binnen de nultijden moet maken en een veiligheidsmarge moet aanhouden. Een middel bij me moet hebben om de diepte en de tijd te controleren. Niet dieper mag gaan dan mijn ervaring en opleiding me toelaten. Moet opstijgen met een snelheid van maximaal 18 meter/60 voet per minuut. Een SAFE duiker moet zijn – **S**lowly **A**scend **F**rom **E**very dive. Een veiligheidsstop moet maken als extra voorzorgsmaatregel, gewoonlijk op 5 meter/15 voet diepte gedurende minimaal drie minuten.
7. Goede controle over mijn drijfvermogen moet houden. Aan de oppervlak de hoeveelheid gewicht moet aanpassen voor drijfvermogen zonder lucht in mijn trimvest. Neutraal uitgetrimd moet zijn onderwater. Drijfvermogen moet hebben voor het zwemmen aan de oppervlakte of om uit te rusten. Mijn gewichtssysteem eenvoudig moet kunnen verwijderen om in een noodgeval direct te zorgen voor positief drijfvermogen. Minstens één oppervlaktesignaleringsmiddel moet meenemen (zoals een signaleringsboei, fluitje, seinspiegel).
8. Juist moet ademen tijdens de duik. Nooit mijn adem mag inhouden of ademhalingen mag overslaan tijdens het ademen van perslucht, en dat ik overmatige hyperventilatie tijdens snorkelduiken moet vermijden. Oververmoeidheid moet vermijden als ik onder water ben en binnen mijn mogelijkheden moet duiken.
9. Indien mogelijk altijd gebruik moet maken van een boot, drijver of ander drijfhelpmiddel voor aan de oppervlakte.
10. De plaatselijke wetten en verordeningen voor het duiken moet kennen en me er aan moet houden; dit geldt ook voor de wetten over de jacht en visserij en over het gebruik van een duikvlag.

**Ik heb de bovenstaande verklaring doorgenomen en eventuele vragen zijn tot mijn tevredenheid beantwoord. Ik begrijp het belang en het doel van deze regels. Ik begrijp dat ze voor mijn eigen belang en veiligheid zijn en dat ik mijzelf in gevaar kan brengen als ik deze regels tijdens mijn duik niet opvolg.**

\_\_\_\_\_  
Handtekening duiker

\_\_\_\_\_  
Datum (Dag/Mand/Jaar)

\_\_\_\_\_  
Handtekening ouders/voogd (indien minderjarig)

\_\_\_\_\_  
Datum (Dag/Mand/Jaar)