

## O.S.V.D.

De onderwatersport vereniging Doetinchem is een duikvereniging welke is opgericht in 1979. We hebben ruime ervaring in het opleiden van duikers. We verzorgen diverse opleidingen. Je kunt binnen de OSVD bijna alle duikcursussen volgen. Naast de opleidingen verzorgen we ook diverse leuke activiteiten.

De OSVD is vooral een leuke vereniging met een wekelijkse clubavond. Tijdens deze avond wordt er een training in het zwembad verzorgd. Deze training is gericht op het duiken. Er worden diverse nieuwe technieken geoefend en er wordt aan de conditie gewerkt. Deze trainingen worden verzorgd door onze eigen duikinstructeurs. Onze club bestaat uit 75 enthousiaste leden.



### ***Duiken in Nederland***

Kun je duiken in Nederland dan? Ja! Je kunt prima duiken in Nederland. Ons land is rijk aan water en er zijn diverse locaties waar je perfect de duiksport kunt

beoefenen. Over het algemeen hebben we goede condities en kun je dus voldoende zien onder water. Bekende Nederlandse duiklocaties zijn De Vinkeveense plassen, Grevelingen, Oosterschelde en natuurlijk de Noordzee. Tegen het "koude" Nederlandse water kun je je prima kleden. Het water is van prima kwaliteit.

De Nederlandse Onderwatersport Bond (NOB) is de Nederlandse overkoepelende organisatie voor duikverenigingen. Totaal heeft de NOB 20.000 leden. De NOB verzorgt ook de instructeurs opleidingen

### ***Opleiding 1\* duiker***



Binnen de OSVD verzorgen we de diverse duikopleidingen. Binnen de NOB kennen we het sterren systeem. Je kunt tot 4 sterren behalen. De eisen waaraan je moet voldoen liggen wettelijk vast en zijn in heel Europa hetzelfde, ongeacht de organisatie waarbij je duikt. Je kunt dus ook prima instromen in ons systeem terwijl je elders een duikopleiding hebt gevolgd.

De 1\* opleiding binnen de OSVD duurt ongeveer 7 maanden en wordt op donderdagavond en later ook op zondagochtend verzorgd. Iedere duiker bij de OSVD dient medisch goedgekeurd te zijn voor het duiken. We verzorgen binnen de opleiding dus ook een medische keuring bij een speciale duikarts. Verder dien je in het bezit te zijn van een reanimatiediploma. (Dit wordt ook verzorgd binnen de opleiding 1\* duiker)

De opleiding bestaat uit 4 gedeelten.

We beginnen met het beoefenen van het snorkelen in het zwembad. Het snorkelen is prima geschikt om je bekend te laten raken met de duikbril en vinnen. Tijdens deze lessen in het zwembad ga je diverse technieken leren, welke later van pas komen bij het duiken. Denk hierbij aan het zwemmen, het te water gaan en het zwemmen onderwater. Dit gedeelte duurt ongeveer 2 maanden +/- 7 lessen.

Vervolgens ga je leren te zwemmen met de persluchtuitrustingen. We beginnen hier heel bewust mee in het zwembad. In deze vertrouwde omgeving kun je goed zien wat er gebeurt en hebben de instructeurs het meeste overzicht. We gaan je hier diverse technieken bijbrengen zoals het lucht delen, het leegblazen van de duikbril en het trimmen (zweven) in het water. Dit gedeelte duurt ongeveer 3 maanden +/- 13 lessen.

Tijdens deze periode wordt er voor de les in het zwembad een theorieles gegeven door een instructeur. Deze les wordt verzorgd in een theorielokaal vlakbij het zwembad. Tijdens deze lessen wordt er ingegaan op de

theorie bij het duiken. Je moet daarbij denken aan: hoe werkt mijn uitrusting (materiaalkennis)? Wat gebeurt er allemaal onderwater (natuurkunde)? Wat kun je onderwater verwachten (flora)? En wat zijn de medische aspecten van het duiken?

Je leert veilig om te gaan met de omstandigheden onderwater. Dit gedeelte duurt ongeveer 3 maanden +/- 13 lessen.

Als laatste stap gaan we naar het buitenwater. Je gaat daar onder begeleiding van een duikinstruceur de beginselen van het duiken in het buitenwater leren. Zoals het trimmen, opstijgen en dalen. het veilig te water gaan. We maken gebruik van een aantal oefeningen maar zeker ook heel veel eigen ervaring die je zelf opdoet, gaan we je veilig leren te duiken. Je leert zelf hoe je om moet gaan met de omstandigheden onderwater.

Aansluitend aan de opleiding verzorgt de evenementencommissie binnen de OSVD een weekend weg naar Zeeland. We gaan hier duiken in de Grevelingen.

### **Erkenning wereldwijd**

Het 1\* duikbrevet welke je behaalt bij de OSVD is over de hele wereld erkend. De NOB is aangesloten bij de CMAS. De CMAS is een wereldwijde organisatie waarbij de diverse duikorganisatiebonden zijn aangesloten.

### **Duiken duur?**

Om te kunnen duiken heb je duikspullen nodig. Deze spullen moet je aanschaffen en zijn inderdaad prijzig maar je moet er van

uitgaan dat je dit aankoopt voor een langere termijn. Het eerste jaar zal dus het jaar zijn waarin je de meeste uitgaven zult doen.

Bij de aanschaf van een complete duikuitrusting moet je denken aan ongeveer 1.500 euro. (Eventueel kun je een gedeelte huren binnen de OSVD. Dit scheelt ongeveer 750 euro).

De 1\* opleiding kost 395 euro, dit is inclusief lesmateriaal, koffie/thee tijdens de theorie lessen, medische keuring, het reanimatie diploma, inschrijfgelden NOB en een jaar lidmaatschap van de OSVD.



### **Contact**

Internet: [www.osvd.nl](http://www.osvd.nl)  
E-mail: [info@osvd.nl](mailto:info@osvd.nl)

Post: O.S.V.D.  
Postbus 478  
7000 AL Doetinchem

NOB: [www.onderwatersport.org](http://www.onderwatersport.org)  
CMAS [www.cmas.org](http://www.cmas.org)

## **Duiken bij de**



## **Onderwater- sport Vereniging Doetinchem**

