Protocol zwembadproeven 2 sters brevet.

1	**200m. zwemmen** • Kandidaat kiest zijn stijl, geen uitrusting, geen tijdslimiet. • 5 minuten watertrappen of drijven
2	**Rechte sprong van kant en 20m. onder water afleggen.** • ABC uitrusting • Een hand masker en een hand loodgordel vasthouden. • Verticaal springen (voorwaartse stap) • Verticaal naar de bodem zakken en op plus minus 50cm. van de bodem 20m. afleggen zonder de armen te gebruiken. • Op het einde stijgen zoals voorgeschreven.
3	**1 maal masker ledigen.** • De kandidaat maakt een eendenduik en gaat stabiel op de bodem staan of zitten. • Pas dan laat hij zijn 1x masker vollopen en blaast het leeg. • Er wordt gezamenlijk gestegen.
4	**30 sec. stilstaande apné.** • Vertrek van tegen de muur (in het water) in het diep. • Alle kandidaten gaan gelijktijdig naar beneden voor een stilstaande apné. • 30 sec. nadat de laatste kandidaat de bodem bereikt heeft, geeft de instructeur het stijgteken. • De kandidaat antwoordt en er wordt gezamenlijk gestegen.
5	**30 meter wisselademhaling** • De kandidaten hebben elk een eigen fles. • Na een rechte voorwaartse sprong vertrekken de twee kandidaten samen met een eendeduik. • Duiker A maakt het teken “geen lucht meer”. Daarop grijpt duiker B hem bij zijn arm en biedt het mondstuk goed zichtbaar aan met zijn vrije hand. Duiker A neemt het mondstuk aan en steekt het zelf in de mond. Hij ademt maximaal driemaal en geeft het terug > B. • B ademt ook max. 3x en geeft het startsein • Ze zwemmen zij aan zij horizontaal, aangezicht naar elkaar gericht, dit over een afstand van 15 meter. • Zonder oppervlakte te maken wordt nu hetzelfde herhaald met het mondstuk van duiker A waarbij de resterende 15 meter wordt afgelegd. • De gehele afstand onder water wordt in het diepe gedeelte afgelegd.
5	**Met fles : Gecombineerde proef.** • Achterwaartse val. • Terug oppervlakte maken, ontspanner uit de mond en verwisselen met snorkel. • Aan oppervlakte 50 m. afleggen zonder onderbreking. • Boven het diep ontspanner terug in de mond en eendeduik maken. • Eens stabiel op de bodem masker afnemen en driemaal ademen. • Masker leegblazen en daarna nog tweemaal masker laten vollopen en leegblazen. Hij mag ademen zoveel hij wil. • Op teken van de instructeur “ik heb geen lucht meer” driemaal mondstuk wisselen en opstijgen. Kandidaat ademt éénmaal. • 25 m. aan de oppervlakte afleggen. • Naar de rand van het zwembad komen in het diepe gedeelte en dan in volgorde zonder te steunen of zich vast te houden loodgordel en fles aan iemand op de kant geven. De fles wordt aangeboden met het handvat of draagriem naar de helper gericht.
6	**Vier maal 10 meter tussen twee flessen.** • Rechte voorwaartse sprong en naar de fles toe zwemmen • kraan opendraaien en gedurende 20sec. ademen. • Instructeur telt af en op drie mag de kandidaat nog éénmaal ademen, mondstuk uit, kraan toe en controleren door lucht af te laten. • Draait links of rechts naar keuze en zwemt naar de andere fles • na de 4de maal moet hij na teken van de instructeur opstijgen

Protocol zwembadproeven 2 sters brevet.

8	**Proef met trimvest en 2de ontspanner.** • **Deze proef simuleert bijstand aan een vastzittende duiker en wordt per paar uitgevoerd : duiker A duikleider, duiker B mededuiker.** • **Beide duikers zijn uitgerust met ABC uitrusting, toestel met een tweede ontspanner, manometer en trimvest, buddyline** • **Zij vertrekken uit het ondiepe deel onder leiding van A naar het diepe gedeelte. Dit gebeurt normaal uitgetrimd (bodemafstand !) elk op eigen ontspanner en verbonden met een buddylijn.** • **In het diepe gedeelte gaat duiker B liggen en geeft te kennen dat hij vastzit met zijn jacket.** • **A geeft het OK teken, vraagt B om rustig te blijven en toont hem dat hij zijn tweede ontspanner paraat houdt, beide duikers tonen elkaar hun manometer.** • **Duiker B ledigt zijn jacket volledig, ontdoet zich van de buddylijn, daarna van zijn persluchtcombinatie en houdt daarbij zijn eigen mondstuk in de mond, daarop geeft hij het teken “geef mij lucht”.** • **Duiker A biedt onmiddellijk zijn eigen ontspanner aan B die nu zijn toestel achterlaat. Er wordt enkele malen gewisseld.** • **Duiker A biedt zijn 2de ontspanner aan B aan.** • **Vervolgens neemt duiker A zijn buddy stevig onder de arm, en leidt hem – in het diep – via eerst een 5 tal meter horizontaal, rustig naar boven tot ca. 1 m. onder de oppervlakte. Daar controleert A zijn manometer en zwemt op die diepte verder naar het vertrekpunt in het ondiep.**