



IDA* (T1) – CMAS*/ Bronze



Kurs skierowany jest do osób, które chcą zostać certyfikowanym nurkiem i nurkować na całym świecie oraz odkrywać i doświadczać fascynacji podwodnym światem.

Wymagania dotyczące uczestnictwa w kursie:

1. Minimalny wiek: 14 lat (w przypadku nieletnich wymagana jest zgoda opiekunów prawnych)
2. Oświadczenie własne o stanie zdrowia (w przypadku małoletnich wymagany jest podpis opiekuna prawnego) IDA zaleca badania lekarskie.
3. Akceptacja warunków uczestnictwa

Zdecydowanie zaleca się wykupienie ubezpieczenia od wypadków nurkowych, zwłaszcza na pokrycie kosztów typowych dla wypadków nurkowych (np. leczenie w komorze ciśnieniowej), ponieważ nie są one pokrywane przez towarzystwa ubezpieczeń zdrowotnych.

Zaleca się aby uczestnik kursu posiadał przeszkolenie w zakresie udzielania pierwszej pomocy nie starsze niż 12 miesięcy.

Uwaga:

Po przedstawieniu certyfikatu **Podstawowa licencja nurkowa IDA** teoria i jednostki basenowe są pomijane, jeśli od tego czasu nie upłynęło więcej niż 15 miesięcy.

Przedstawiając certyfikat **IDA Basic Diver** nie prowadzi się podczas kursu zajęć teoretycznych, jeśli od tego czasu nie upłynęło więcej niż 15 miesięcy.

Część teoretyczna jest pomijana również po przedstawieniu certyfikatu **IDA Side-Mount ***.

Część teoretyczna

- Omówienie i wyjaśnienie zasad doboru odpowiedniego sprzętu ABC
- Omówienie i wyjaśnienie zasad doboru i regulacji sprzętu DTG
- Znaki nurkowe
- Bezpieczeństwo nurkowania.
- Wyjaśnienie metod wyrównywania ciśnienia
- Podstawy medycyny nurkowej
- Podstawy fizyki nurkowania
- Podstawy technologii nurkowania
- Podstawy planowania nurkowania
- Podstawowa wiedza na temat zarządzania kryzysowego w przypadku wypadku nurkowego lub sytuacji awaryjnej pod wodą
- Ochrona środowiska i podstawy wiedzy o faunie i florze jezior, rzek i morza.

Obowiązuje Pisemny test końcowy

Część Praktyczna

Obowiązuje 9 nurkowań (4 na basenie lub w wodzie otwartej, 5 w wodach otwartych) zgodnie z planem szkolenia IDA "IDA-Prüfungsordnung für Taucher".

Obowiązują ćwiczenia ze sprzętem ABC:

Ćwiczenia te można wykonać przed nurkowaniem w basenie w dowolnej kolejności:

- 30 sekund nurkowania z ciągłą zmianą lokalizacji (przeplnięcie około 10 m)
- 25 m nurkowania na odległość w kombinezonie do głębokości 2m do 5 m w ciągu 1 minuty
- 20 minut pływania z fajką, pokonując dystans co najmniej 500 m, po 5 minutach nurek leży na klatce piersiowej, na boku, na plecach. Ćwiczenie wykonuje się w płetwach.

Obowiązkowe ćwiczenie bezpieczeństwa: 50 m nurkowania z płetwonurkiem na głębokości od 2 do 5 m, przetransportowanie płetwonurka na powierzchnię wody, a następnie transport 50 m na powierzchni wody.

Zaliczenie Kursu

Instruktor omawia pozytywne wrażenia z uczestnikiem po każdym nurkowaniu i odpowiada na pytania dotyczące nurkowania i treningu nurkowego. Dba o to, aby przetwarzane moduły teorii zostały w pełni opanowane, a określa to za pomocą pisemnego testu końcowego.

Certyfikacja / rejestracja

Dowodem ukończenia kursu jest certyfikat

Uprawnienia

Pomyślne ukończenie kursu upoważnia do nurkowań prowadzonych przez innego nurka (min. IDA ** lub równoważny) na sprężonym powietrzu (DTG) w wodach otwartych do maksymalnej głębokości 18 m oraz do udziału w dalszych kursach nurkowych i kursach specjalnych.