

Hyväksytty 1.1.2017

## **SNORKKELISUKELTAJAN TAITORATA**

### Kurssin järjestämisohjeen kattavuus

Sukeltajaliiton hyväksymä Snorkkelisukeltajan Taitorata voidaan järjestää ainoastaan näitä ohjeita noudattaen. Tämän järjestämisohjeen lisäksi Snorkkelisukeltajan Taitoradan vastuullinen järjestäjä on velvollinen huolehtimaan, että toiminnassa noudatetaan voimassaolevaa Sukeltajaliiton yleistä koulutusohjetta, turvaohjetta ja eettisiä ohjeita.

### Snorkkelisukeltajan taitoradan tavoite

Snorkkelisukeltajan taitorata hyväksyttävästi suorittaneella henkilöllä on vedessä liikkumisen ja snorkkelisukeltamisen perusvalmiudet.

### Pääsyvaatimukset

- Sukeltajaliiton jäsenyys joko Liiton jäsenseuran kautta tai suoraan Sukeltajaliiton henkilöjäsenenä
- vähintään 7 vuoden ikä
- vähintään 100 m yhtäjaksoista uintia ilman apuvälineitä
- huoltajan kirjallinen suostumus

### Kurssin vastuukouluttaja

Kurssin vastuukouluttajana voi toimia Sukeltajaliiton hyväksymä norppaohjaaja, snorkkelisukelluskouluttaja tai laitesukelluskouluttaja, joka on suorittanut snorkkelisukeltajan taitoradan hyväksytysti.

### Opetusmateriaali

Kurssin järjestäjällä on oltava Sukeltajaliiton hyväksymä snorkkelisukeltajan taitoradan järjestämisohje sekä esimerkkitaitorata.

### Turvallisuus

- uima-allaskoulutuksessa yhden kouluttajan suorassa valvonnassa saa olla korkeintaan kuusi oppilasta
- oppilaita ja alaikäisten oppilaiden vanhempia tulee informoida terveydellisistä seikoista, jotka ovat esteitä sukeltamiseen.

### Kortitusvaatimukset

Snorkkelisukeltajan taitorata on suoritettava loppuun 12 kuukauden sisällä sen aloittamisesta.

Kortituksen edellytykset ovat

- hyväksytysti suoritettu snorkkelisukeltajan taitorata
- taitoradan järjestäjää kohtaan olevien taloudellisten velvoitteiden täyttäminen

### Sukeltajakortti

Taitoradan vastuukouluttaja hakee radan hyväksytysti suorittaneille Sukeltajaliiton norppasukeltajakortin tai CMAS \* Snorkel Diver kortin.

## Teoria

Snorkkelisukeltajan taitorataan ei sisälly erillistä teoriaopetusta. Kouluttaja käy harjoittelun ohessa läpi tarvittavat teoretiedot, joita tarvitaan turvalliseen vedessä liikkumisen ja snorkkelisukeltamisen perusvalmiuksiin. Näitä tietoja ovat esimerkiksi paineentasauksen tekeminen, ylihengityksen välttäminen ja A-lipun käyttäminen sukellusretkillä.

## Allas

Allaskoulutus snorkkelisukeltajan taitorataa varten voidaan suorittaa norppatoiminnan yhteydessä tai järjestämällä erillisiä harjoituksia. Taitorata järjestetään leikinomaisena seikkailuratana mukaillen snorkkelisukeltajan taitoradan esimerkkitaitorataa. Taitorataan ei saa lisätä ohjeiden ulkopuolisia suorituksia tai harjoitteita. Allaskoulutuksen lopuksi suositellaan avovesivarusteiden kokeilumahdollisuuden järjestämistä uima-altaassa.

Taitovaatimuksia ovat

- 200 m yhtäjaksoista uintia
- kuperkeikka etu- ja takaperin
- vedenpolkeminen kädet näkyvissä ranteita myöten siten, että jalat eivät ylety pohjaan yhtämittaisesti 20 sekunnin ajan
- perusvälineiden pukeminen kelluen pinnalla
- jalat edellä laskeutuminen
- renkaan läpi sukeltaminen matalassa vedessä, syvyys noin 1,5 metriä
- nousu sukellukselta pintaan ja snorkkelin tyhjennys
- alas-, ylös- ja OK - merkki
- 200 m räpyläkrooliuintia yhtäjaksoisesti
- vedestä nouseminen perusvälineiden kanssa
- A-lipun tunnistaminen ja nimeäminen kouluttajalle/ohjaajalle oikein
- jättiaskellus veteen korokkeelta perusvälineiden kanssa
- taitto, sukeltaminen renkaiden läpi (2 kpl), joiden syvyys minimissään 2 metriä ja maksimissaan 4 metriä ja välimatka 2 metriä
- esineen poimiminen pohjalta (sukelluslamppu / vastaava)
- nousu pintaan snorkkeli tyhjennettynä
- alas-, ylös- ja OK-merkit
- räpylöiden riisuminen pohjaan yhdellä sukelluksella, syvyys minimissään 2 metriä ja maksimissaan 4-5 metriä
- vaara/paniikki-käsimerkki
- 20 sekunnin hengentpidätys kasvot vedessä
- räpylöiden pukeminen altaan pohjassa (minimi 2m ja maksimi 4m)
- perusvälinein: samankokoisen uhrin-kuljettaminen pinnalla 25 m
  - uhrilta tulee riisua kuljetuksen ajaksi maski pois
  - uhrin nosto pohjasta on oppilaille vapaaehtoinen osa kurssia (minimi 2 m), mutta ohjaajan tulee näyttää miten nosto tehdään.
- sivuttain käsien varassa kierähtäen veteen meneminen ja OK-merkki
- maskin tyhjennys veden alla
- kierähdys takaperin altaan reunalta altaaseen
- 50 m räpyläuintia niin, että maski on otsalla, kasvot vedessä ja hengitetään snorkkelista
- esineen nosto puhaltamalla ilmaa pieneen ämpäriin (syvyys maksimissaan 2 m)