

DSD CLUBBLAD

NOVEMBER 2010



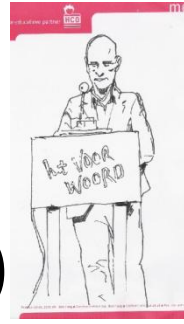
De toekomst? Dit is nu de Hydrobob, een soort scooter of Segway onder water, die gebruik maakt van het aloude principe van de duikersklok.

Je zit met je hoofd in een luchtbel. Hierdoor is het mogelijk om 180 graden om je heen te kijken en te genieten van de pracht en praal onder water.

Een persluchtank voorziet je van verse lucht.



VOORWOORD



Beste DSD-ers !

Wat vliegt de tijd toch snel ! En daarom gebruiken we hem wel !

De Haloween-training van 26 oktober was een succes ! Heel tof om in aangepaste griezelkledij te komen, de welkomdrankjes waren prima verzorgd door Wim ! Leen en Filippe hadden een plezante wedstrijd in elkaar gestoken. De 'helpers' deden mee alsof ze hier al weken op getraind en voorbereid waren. De redders waren op hun best ! Er was een hele grote opkomst, en veel enthousiasme en iedereen deed mee. De 'Kikkervisjes' waren gewonnen, op de voet gevolgd door 'de Allendige zee-aaltjes' en de 'Bubbels' op de tweede plaats, en dan waren er nog de 'Vuile heksen', de 'White Sharks' en de 'Octobussen' die streden voor een plaatsje in de top tien! Er waren geen verliezers ! Alles kwam aan bod, de wet van Boyle-Mariotte werd herkend, allerlei duikattributen werden blindelings bij naam genoemd, de ballonnen werden met het grootste gemak gevuld, parcours afgelegd alsof het elke dag gebeurde, schroeven en bouten ineen gestoken, enz enz en dit allemaal zonder zelfs te beseffen dat dit grotendeels in apnae gebeurde. Zo zie je ook maar dat die moeilijke apnae-oefeningen ook in het koppeke zitten, want nu ging dat allemaal vanzelf. Groot en klein, ervaren en beginners, allen werkten samen. De pizza achteraf smaakte heerlijk, ... Bedankt allemaal voor het fijne club-gevoel !

Opmerkingen, ideetjes, tips voor volgend jaar zijn altijd welkom ! Met nog meer echte Haloween-sfeer.

En nu gaan we beginnen aan de voorbereiding van het club-feest op 19 februari. (nieuwe datum) Dat gaat vlugger zijn dan je denkt. Tips zijn ook nog welkom ! We hopen dat IEDEREEN aanwezig gaat zijn. Een uitnodiging volgt zo vlug mogelijk.

Ondertussen wens ik jullie nog veel plezier met dit clubblaadje. Bedankt weer voor de vele bijdragen ! Alles blijft zeker welkom ! Vooral naar duikervaringen en verslagjes blijf ik uitkijken !

We blijven op jullie hulp rekenen : **EEN CLUB(BLAADJE) VOOR EN DOOR DE LEDEN !**

Noteer de vele data en tot binnenkort...

Patricia

patriciappmotors@hotmail.com of bestuur@dsd.be



VERSLAG BESTUURS-

VERGADERING



Hieronder een korte samenvatting van de besproken punten tijdens de bestuursvergadering van 18/11/10 :

1. SUBSIDIEDOSSIER

- Een eerste grove schatting maakt duidelijk dat we ongeveer hetzelfde bedrag als vorig jaar zullen verkrijgen aan subsidies. Duiken is geen competitiesport, we hebben weinig nieuwe gebrevetteerde begeleiders en in vergelijking met andere clubsporten hebben we relatief weinig jeugd en jeugdbegeleiders, wat maakt dat we nog steeds moeten onder doen voor sommige andere clubs. Maar het is al-bij-al geen slecht resultaat!

2. ADMINISTRATIE

- Het bestuur beslist om in 2011 kordater op te treden met betrekking tot de betaling van het lidgeld en het in orde brengen van de medische keuring. Een strategie werd uitgewerkt om dit zo efficiënt mogelijk te laten verlopen en de leden hierover tijdig en voldoende te informeren. In dit clubblad vinden jullie al een onderdeel van deze strategie.
- De lidgelden werden herbekeken en lichtjes verhoogd. De nieuwe tarieven 2011 zijn terug te vinden in dit clubblad en op de website.

3. CLUBMATERIAAL

- Dankzij Fred Lemmens beschikt de club sinds kort over 5L-flessen, waarvoor dank! Er zullen 8 exemplaren worden klaargemaakt (nieuwe kranen, keuring, voeten,...) die dan kunnen gebruikt worden door onze jeugdduikers. Verder zullen 3 Bi's (dubbel 5L) worden in elkaar gestoken.
- Er is gebleken dat er tijdens de zwembadtrainingen een tekort aan materiaal is om te kunnen oefenen. De beperking ligt momenteel in het aantal ontspanners die voorhanden zijn. Daarom is er beslist om dit gamma uit te breiden. Er wordt geopteerd om een aantal ontspanners met DIN-aansluiting aan te kopen. Momenteel wordt een prospectie uitgevoerd alvorens tot aankoop over te gaan.
- Meermaals werd vastgesteld dat er niet altijd even voorzichtig met het clubmateriaal wordt omgesprongen. We vragen met aandrang dat iedereen meer aandacht besteed aan het correct en zorgvuldig gebruik van al het ter beschikking gestelde materiaal.
- We wensen te benadrukken dat het ABC-materiaal, dat ter beschikking wordt gesteld door de club, enkel kan gebruikt worden door beginnende clubleden. Ieder lid dat wenst verder te gaan binnen de duiksport dient op (niet al te lange) termijn (minimum) zijn eigen ABC-materiaal aan te schaffen. Aarzel niet om een instructeur om raad te vragen bij aanschaf.

4. ACTIVITEITEN

- Op 26 Okt 2010 vond naar jaarlijkse gewoonte de halloweentraining plaats. Bedankt aan onze organisatoren en hun medewerkers! De training werd door de deelnemende clubleden over het algemeen als positief ervaren. Daar de inkleding niet typisch "halloween" was, wensen we naar volgend jaar toe iets sneller te starten met de voorbereidingen om er een echt halloween-gebeuren van te maken. Leden met leuke ideeën die zich hiervoor willen engageren zijn zoals steeds welkom!
- Op 15 en 16 Nov 2010 waren enkele DSD leden in de weer met de Vlaamse Zwemweek. Bedankt voor jullie bijdrage! Het is niet evident om te komen helpen op een doordeweekse dag. In tegenstelling tot andere jaren hebben er minder kinderen deelgenomen waardoor het evenement iets rustiger is verlopen dit jaar. Met uitzondering van een piekperiode op dinsdagnamiddag toen extra hulp welkom had geweest...
- Om diverse redenen zal het clubfeest dit jaar niet plaatsvinden in Herk-de-Stad, maar in zaal Scafnis te Schaffen. Bovendien zijn we genooddaakt om de datum van 22 Jan 2011 te verschuiven naar 19 Feb 2011. Noteer dus alvast deze datum in je agenda en zoek al maar een leuke outfit bij elkaar, het thema is deze keer "piraten".

Vragen en opmerkingen zijn steeds welkom!

Met sportieve groeten,
Het DSD bestuur

LIDGELDEN EN MEDISCHE KEURING

Het jaareinde is in zicht, dit betekent ook een vernieuwing van de lidgelden en de jaarlijkse medische keuring. Gelieve dus al dringend die afspraak met uw dokter te maken en u duik-gezond te laten verklaren, en uw bankier te verwittigen van uw hobby-uitgaven.

Het **lidgeld moet VOOR 15 januari 2011** op onze rekening staan. Het strookje van **uw medische fiche** moet ingevuld, getekend en afgestempeld in ons bezit zijn **TEN LAATSTE op 15 januari**. Vanaf dinsdag 18 januari zal er spijtig genoeg geen toegang meer tot het zwembad zijn voor diegenen die hiermee niet in orde zijn.

Wij bezorgen u heel binnenkort ook nog overschrijvingsformulieren met de bedragen.

Dit geldt niet voor de (nieuwe) leden die hun lidgeld in september hebben betaald, en dus in orde zijn van september 2010 tem december 2011 (16 maanden) Toch moeten deze leden in december hun medische keuring opnieuw laten doen. Dit zijn nu eenmaal de voorschriften. Ook voor de verzekering.

LIDGELDEN 2011

Gewoon lid	€ 107,-
2de lid binnen gezin	€ 92,-
Gewoon lid (16mdn: Sep 2011 – Dec 2012)	€ 155,-
Jeugdduiker	€ 92,-
Jeugdduiker (16mdn: sep 2011 – Dec 2012)	€ 127,-
2de club	€ 62,-
Zwemmend lid	€ 32,-
Steunend lid	Minimum € 25,-

Het betalen van lidgelden kan enkel via overschrijving op rekeningnummer 979-4259032-58 van de Diestse Sportduikers, Kluisbergstraat 21, 3290 Diest met vermelding "lidgeld + NAAM".





Mannelijke vis weigert de weg te vragen

BIOLOGIE | 8 september 2010 | <http://www.scientias.nl>



Wetenschappers hebben ontdekt dat mannelijke tiendoornige stekelbaarzen zeer koppig kunnen zijn. De visjes weigeren wanneer ze op het punt staan om zich voort te planten, informatie van anderen aan te nemen. In plaats daarvan verlaten ze de groep en dwalen ze eenzaam rond om de informatie zelf te verzamelen. Herkenbaar?

De wetenschappers bestudeerden de tiendoornige stekelbaars uitgebreid. Dit visje is bijzonder sociaal en is in staat om veel van anderen te leren. Het visje neemt veel informatie van soortgenoten over, zeker als het gaat om de kwaliteit en locatie van voedsel.

Alleen

Maar tijdens de studie ontdekten de onderzoekers dat het visje wanneer deze zich wil voortplanten radicaal verandert. Hij negeerde de informatie van andere vissen en ging alleen op jacht. Opvallend genoeg leverde dat veelvuldig positieve resultaten op.

Risico

“Onderzoek heeft uitgewezen dat vissen informatie van anderen niet blind overnemen, maar heel selectief zijn in wanneer en van wie ze informatie aannemen,” vertelt onderzoeker Mike Webster. “Mannetjes die zich willen voortplanten lijken zich op een risicovolle manier te gedragen: ze zijn actiever, brengen meer tijd in open water door en spenderen minder tijd aan de groep.”

Contrast

Het gedrag van de mannetjes staat in schril contrast met dat van de vrouwtjes. Zij namen in dezelfde periode juist veel meer informatie van anderen aan en bleven ook dicht bij de groep. Waarschijnlijk maken de eitjes het vrouwtje zwaarder en kwetsbaarder voor roofdieren en kiest ze daarom voor veiligheid.

Asociaal

De mannetjes daarentegen moeten in de periode voor de bevruchting zoveel mogelijk voedselreserves opbouwen, zodat ze nadat de kleintjes ter wereld komen veel tijd met het kroost kunnen doorbrengen. “Het kopiëren van informatie van anderen is minder risicovol, maar kan ook minder accuraat zijn dan informatie uit de eerste hand,” merkt onderzoeker Kevin Laland op. “De hormonale veranderingen die ervoor zorgen dat het mannetje zich wil voortplanten, zijn wellicht ook verantwoordelijk voor zijn overgang naar asociaal gedrag.”

“We kennen allemaal het stereotype beeld van mannen die weigeren om de weg te vragen,” voegt Webster toe. “Dit kan ook voor vissen gelden, maar alleen wanneer zij zich voorbereiden op de voortplanting.”

JEUGDRUBRIEK

Met dank aan Eddy Cruysberghs :

Geluid en gehoor

Geluid verplaatst zich in water bijna vijf keer zo snel als in lucht.

Dat heeft tot gevolg dat je met je oren onder water slecht kan oriënteren.

In principe kan geluid het slakkenhuis - waarin de zintuigcellen zitten - op twee manieren bereiken: via *lucht*geleiding (de gehoorgang, trommelvlies en gehoorbeentjes etc.) en via *bot*geleiding: trillingen worden opgevangen door de botten van de schedel en zo aan het slakkenhuis doorgegeven. Onder water is de geleiding via het trommelvlies slecht en vindt geluidswaarneming voor een groot deel plaats via botgeleiding.

Maar daardoor is ook het vermogen om de richting van geluid te bepalen voor een groot deel weg.

Onder water werkt je oor niet zo goed als boven water. Uit onderzoek blijkt dat je

gehoordrempel al gauw zo'n 40 decibel

hoger ligt. Bij de hogere tonen is het

gehoorverlies onder water nog erger. Lage

tonen horen we redelijk, hoge tonen slecht.

Geluiden klinken onder water daardoor doffer dan we op land gewend zijn.

Als geluid van water naar lucht gaat, of

omgekeerd, wordt het grootste deel van het geluid teruggekaatst op het wateroppervlak.

Dit heeft tot gevolg dat geluid van boven

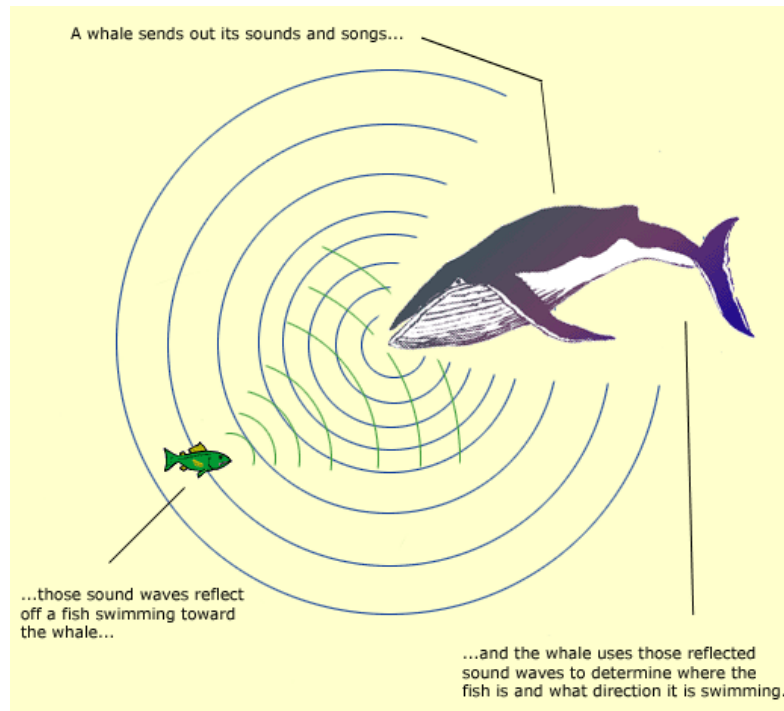
water onder water bijna niet hoorbaar is, en omgekeerd.

Een boot hoor je onder water dus wel

aankomen, maar de richting waarvan die

komt wordt moeilijk te bepalen.





Dolfijnen en andere walvisachtigen maken een bepaald “sonar” geluid, dat wordt teruggekaatst door voorwerpen (vb vis, rots) en via de onderkaak weer opgevangen. Door een vetachtige stof in de kaak wordt het signaal doorgeleid naar het middenoor. Bij de dolfijn wordt het door de hersenen verwerkt en krijgt onze flipper een idee wat voor voorwerp het is.

Bij de tuimelaardolfijn reikt de sonar tot ongeveer 100 meter.

Krachtige sonars kunnen zeebewoners verwonden. In [2000](#) deed de [US Navy](#) een test op de [Bahamas](#) waarbij ze een 230 [decibel](#)-zender een toon met een frequentiebereik tussen 3000 en 7000 [hertz](#) lieten versturen.

Het resultaat hiervan was dat 16 walvissen strandden waarvan er 7 dood waren.

De Navy bekende schuld in een artikel dat op [1 januari 2002](#) gepubliceerd werd in de krant [The Boston Globe](#).

Bij aangespoelde dieren zijn in enkele gevallen bloeduitstortingen in het binnenoor vastgesteld. Minder krachtige sonars kunnen zeedieren daarentegen beschermen omdat ze voorkomen dat deze in aanvaring komen met schepen.



KOOPJES



TE KOOP

DUIKVEST XL - goed verzorgd, 30 duiken
Minimumprijs € 250,00

DUIKVEST S - goed verzorgd, 30 duiken
Minimumprijs € 200,00



VINNEN maat 39/40 en maat 42/44 - prijs overeen te komen



MATERIALEN TE BEZICHTIGEN EN/OF TE PASSEN NA AFSpraak TEL 0476/534736 OF 0472/764477 BIJ PAUL EN JACQUELINE JORIS-MICHIELS

ZOEKERTJES



• GEZOCHT

Wie voelt zich geroepen om kleine interviewtjes af te nemen om elke maand een lid in de kijker te zetten? Neem contact op met Patricia voor meer info.

• GEZOCHT

Wil je iets plaatsen in deze rubriek? Heb je iets te koop of ben je op zoek naar iets? Stuur dan een mailtje naar patriciappmotors@hotmail.com en vermeld of het om een zoekertje of een aanbieding gaat, omschrijf het object kort maar duidelijk, en vermeld je contactgegevens. Of spreek me gewoon aan.

• GEZOCHT

VRIJWILLIGERS gezocht voor **werkgroep doop** ! Wie wil helpen met de organisatie van een Doopsessie die gepland is voor 1 mei 2011 in Mol ? Aub, spreek iemand aan van het bestuur of mail naar bestuur@dsd.be

DUIKEN IN DE GAZET



Grevelingenmeer in ademnood

In het water van het Grevelingenmeer zit in de zomerperiode vaak te weinig zuurstof, wat dodelijk is voor een groot deel van het dieren- en plantenleven.

Wij spraken met projectleider van de Marktverkenning Jan-Willem Slager, die onderzoek doet naar dit probleem.

Hoe komt het zuurstoftekort?

Door de gelaagdheid van het water kan de zuurstof niet dieper komen.

Deze gelaagdheid ontstaat door temperatuurverschillen en door chloride.

Afgelopen zomer was het windstil en in combinatie met de hoge temperaturen waren er periodes met een zuurstoftekort.

Is dit al eerder voorgekomen in de Grevelingen?

2006 was een slecht jaar: Door het zuurstoftekort was de oestersterfte hoog.

In de loop van de tijd is dit wel weer hersteld.

In 2008 was het ook weer slecht en nu in 2010 weer.

De Marktverkenning onderzoekt nu hoe het water en de omgeving van de Grevelingen in alle opzichten gezonder, fraaier en sterker kan worden.

Op welke diepte komt het voor?

De afgelopen jaren was al vastgesteld dat het bodemleven in de Grevelingen afneemt en er bacteriematten ontstaan in de diepere delen van de Grevelingen.

Deze zomer is vastgesteld dat in een deel van het meer al bodemschade en bacteriematten lokaal voorkomen op diepten vanaf 5 à 6 meter.

Vissen kunnen naar boven zwemmen om adem te happen, maar anemonen, wormen, schelpdieren, krabben en kreeften overleven zuurstoftekort niet.

In 2006 herstelde het ook, werkt dat nu niet?

Door het zuurstofgebrek hoopt afgestorven organisch materiaal zich op de bodem op.

Deze witte bacterie komt makkelijker terug dan het bodemleven.

Normaal herstelt het geleidelijk weer, maar nu heeft de bacterie vaak de overhand.

Wat gaat er nu gebeuren?

Het onderzoek richt zich op de vraag of het water weer gezond kan worden door grote doorlaatopeningen te maken in de Brouwersdam (de afsluiting van de Noordzee).

Dan is het probleem opgelost, maar dit zou pas op zijn vroegst in 2015 gerealiseerd kunnen zijn.

Heeft het voor duikers nog nadelen?

De Grevelingen is nu niet in één keer een slechte duikplaats geworden.

Er is een gestage achteruitgang, maar het onderwaterleven is nog steeds interessant.

uit "Duiken - digitale versie"

Met dank aan Marc Gérard



WINTER...IJSDUIKEN

Hieronder een beeld genomen tijdens de kerst-of Nieuwjaarsduik van vorig jaar in Mol :

Van links naar rechts : Marnix Mertens, Joël Janssens en Mark Devoldere.

Prachtige ervaring, andere kleuren, alles nog stiller...

Wie waagt er zich dit jaar nog aan? Meer info volgt, maak jullie klaar voor de Kerst-en Nieuwjaarsduik van dit jaar, onder leiding van Joël Janssens!



Met dank aan Ineke Luyten voor de foto.

EVEN LACHEN



WEETJES EN TIPS



Een hobbyduiker die zo'n twintig kilometer voor de Californische kust door zijn duikgroep vergeten werd, krijgt een schadevergoeding van meer dan een miljoen euro toegekend.

Een rechtbank in Los Angeles kende ingenieur Daniel Carlock een geldsom van 1,2 miljoen euro. Dat bericht de Los Angeles Times.

Tocht verdergezet

Carlock, 45 jaar oud, dreef vijf uur lang rond op zee nadat hij tijdens een duiktrip vergeten werd. De man was tijdens de duikuitstap als gevolg van problemen met zijn drukcompensatie een heel eind van de andere duikers bovengekomen. Hij probeerde nog de aandacht te trekken van de begeleidingsboot, maar de duikers zetten hun tocht verder en stelden pas na enkele uren vast dat Carlock ontbrak. Uiteindelijk werd hij bij toeval gespot door een voorbijvarende plezierboot.

Carlock sleepte de organisator van de duikexcursie voor de rechtbank en eiste een schadevergoeding wegens posttraumatische stress en gezondheidsproblemen. Aan de rechter vertelde de onfortuinlijke duiker dat hij doodsangsten had uitgestaan toen hij urenlang helemaal alleen in een dichte nevel in het water lag.
Bron: Belga

Zo zie je maar: steeds OSB en fluitje bijhebben kan geen kwaad.

Walvis blijkt zeker 130 jaar oud

Een walvis die in juni van dit jaar op een strand van Denemarken aanspoelde en het loodje legde, had al een lang leven achter de rug. Dat blijkt uit een analyse van het karkas van de vinvis. Het zeventien meter lange dier was tussen de 130 en 140 jaar oud en is daarmee de oudste vinvis die wij mensen ooit officieel geregistreerd hebben.



Zeehonden

Er bestaan veel soorten zeehonden. Alle zeehonden worden gekenmerkt door een korte hals, het ontbreken van oorschelpen, en weinig beweeglijke achterpoten, die ze niet naar voren kunnen draaien.

Zeehonden zijn kustbewoners, die zowel op het land als in het water kunnen slapen. In het water bewegen ze zich snel en soepel voort; op het land is hun voortbeweging nogal onbeholpen en rupsachtig.

Ze voeden zich voornamelijk met vissen en inktvissen, soms ook met schaaldieren.

Onder de zeehonden onderscheiden we vier families: de monniksrobber, de slurfrobben, de noordelijke zeehonden en de zuidelijke zeehonden.

Binnen de familie van de noordelijke zeehonden is de gewone zeehond wel de bekendste.

Deze gewone zeehond komt voor in een groot deel van het noordelijke halfrond, van Portugal tot IJsland, in Groenland, in Noord-Amerika, en in de Grote Oceaan. Er zijn misschien wel 400000 exemplaren over de hele wereld.

In België is de gewone zeehond heel zeldzaam. In Nederland daarentegen komen grote populaties voor, voornamelijk in de Waddenzee. Maar door zeeverontreiniging en door de Deltawerken is het aantal zeehonden hier de voorbije decennia sterk afgenomen. Als gevolg hiervan is de jacht op zeehonden in de Waddenzee al geruime tijd gesloten en is de zeehond beschermd. De dieren werden ook al meermaals geteisterd door zeehondenvirusen. In de Waddenzee kunnen de zee-



honden van 1m30 tot 2m lang zijn. Ze wegen tussen 50 en 110 kg, bij uitzondering tot 150kg. De mannetjes zijn duidelijk groter en zwaarder dan de vrouwtjes. Hun vacht kan variëren van kleur maar is altijd gevlekt.



Zeehonden zijn sociale dieren. Ze leven in groep langs de kust, maar worden soms ook ver landinwaarts in rivieren aangetroffen. Ze houden doorgaans niet van steile rotskusten. De jongen van de zeehonden worden in het midden van de zomer geboren, na een draagtijd van ongeveer 10 maanden. Deze jongen worden bijna twee maanden op de droge zandbanken gezoogd, vooraleer ze met de moeder mee zwemmen.

Vaak gebeurt het dat jonge dieren het contact met de moeder zijn kwijtgeraakt. Deze zeehonden kunnen, dankzij deskundige verzorging, toch tot een zelfstandig

bestaan worden gebracht. Zij worden gevoed en verzorgd in speciale opvangcentra zoals "Ecomare" op het eiland Texel. Hier verblijven voornamelijk jonge, zieke zeehondjes en oude, blinde zeehonden. De jonge exemplaren worden weer vrijgelaten zodra ze sterk genoeg zijn om te overleven in zee. De oude, blinde zeehonden blijven definitief in het opvangcentrum, omdat ze te zwak zijn om te overleven in het wild.

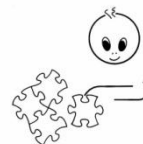
Wie deze prachtige dieren eens van dichtbij wil zien, kan met ons mee op kamp gaan naar het waddeneiland Texel. Daar zien we de zeehonden niet enkel in het opvangcentrum "Ecomare", maar ook in het wild, op de zandbanken van de Waddenzee.

Kristien Daneels

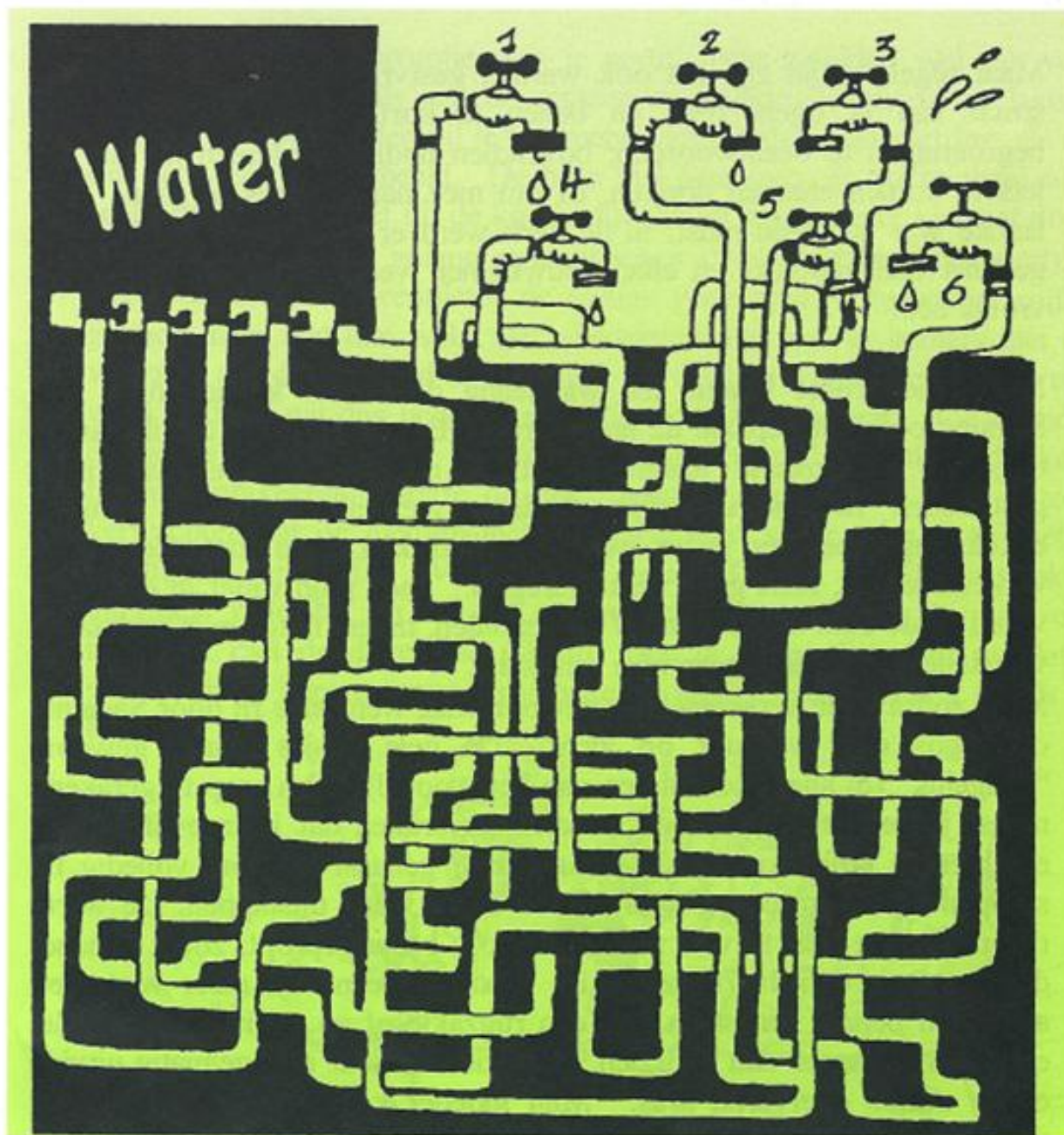


Met dank aan Kim Stokmans !

EVEN PUZZELEN

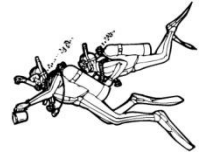


Met dank aan Kim Stokmans :



Even deze 6 kranen aansluiten, dat is een werkje van niks, dacht de loodgieter. Maar in zijn haast maakte hij heel wat foute verbindingen. Uit welke kranen zal water stromen, als je ze opendraait ?

DUIK-ERVARINGEN



Met dank aan Marijke Detemmerman voor het schrijven van dit artikel:

Toen ik in het vorige clubblad het artikel las van Marc Michiels over de zwembadtrainingen, ontstond bij mij het idee om iets te schrijven over mijn persoonlijke ervaring met duiktraining, en dan niet in het bijzonder in de zwemdok, maar ook tijdens buitenduiken. Zoals jullie ongetwijfeld weten is mijn “vaste buddy” tevens mijn levenspartner. Sinds Mark zijn 3* brevet heeft behaald en ik mijn 2* brevet duiken we vaker en vaker samen, om niet te zeggen dat we bijna wekelijks samen kopje onder gaan als de omstandigheden het toelaten. Gedurende de trainingen voor het behalen van mijn 2^{de} ster is me steeds duidelijker geworden dat je steeds meer en meer verantwoordelijkheid krijgt. Het volstaat niet meer om samen met een instructeur een duikje te maken en enkel een beetje rond te kijken naar het onderwaterleven. Je kan niet meer gewoon vertrouwen op de kennis en ervaring van je buddy, maar er wordt van jou meer verwacht. Wanneer je buddy je hulp nodig heeft, hoop je dat je hem/haar kan helpen. Dat is uiteindelijk ook de reden waarom we steeds in buddyparen duiken. En wanneer je buddy iemand is die je dierbaar is, neem je dit ook serieus! Dat is voor mij de grootste drijfveer om te blijven trainen en steeds bij te leren. Ik wil, ongeacht met wie ik duik, dat mijn buddy ten allen tijde op mij kan rekenen en ik verwacht dan ook hetzelfde terug... Vandaar dat het artikel van Marc me aansprak, omdat ik er precies hetzelfde over denk. Bijgevolg vind ik het absoluut niet erg als ik nog maar eens een opmerking krijg!

In dit kader heb ik in het groot verlos dit jaar een duikcursus gevolgd, graag had ik mijn opgedane ervaringen gedeeld met jullie. Hopelijk hebben jullie er iets aan...

De cursus ging door in Nederland, in de Vinkeveense plassen. Samen met nog drie andere duikers, toevallig drie Nederlanders, elk met een verschillende achtergrond en vooral verschillende ervaringen, werden we vier dagen lang ondergedompeld (letterlijk en figuurlijk). Wat me het meeste is bijgebleven van alle theorie en praktijk die we in die paar dagen te verwerken kregen, was hoeveel aandacht er werd besteed aan “basisvaardigheden”. Het idee is dat een goede basis zorgt voor meer duikcomfort, zelfzekerheid en bekwaamheid tijdens het duiken, het voorkomt onnodige vermoeidheid, uitputting, stress en bijgevolg minder plezier. Hieronder wens ik enkele van deze basisvaardigheden te overlopen die voor mij het meest hebben bijgedragen tot meer duikplezier.

1. Het controleren van het drijfvermogen

Deze vaardigheid wordt als de belangrijkste beschouwd. Vandaar ook dat alle oefeningen dienden te worden uitgevoerd in perfecte trim en met neutraal drijfvermogen. Er werden geen knietjes op de bodem toegelaten en er werd veel aandacht besteed aan gecontroleerd opstijgen “in het blauw”. Natuurlijk ben ik geen natuurtalent en vereiste dit heel wat oefening. We kregen tips over hoe we ons materiaal hierbij optimaal konden gebruiken (fitting, type materiaal, werking) alsook over onze houding tijdens het duiken. Zeker naar dit laatste toe, was het soms heel confronterend om de videobeelden van onder water te zien. Pas dan heb je echt een idee van hoe je in het water ligt. Een beeld zegt zoveel meer dan woorden! En ik moet toegeven dat het wel degelijk loont om hieraan te werken. Om een voorbeeld te geven: tijdens de cursus dienden we een boei op te laten. Ik had dit voordien nog maar een paar keer gedaan, maar toch lukte het me om zonder veel moeite die boei op te laten, telkens opnieuw, daar ik nauwelijks aandacht diende te besteden aan mijn diepte.



2. Je optimaal voortbewegen

Hiervoor proberen we ons zo hydrodynamisch mogelijk te maken. Minder weerstand zorgt ervoor dat je met minder inspanning hetzelfde resultaat bekomt. Dit trachten we te bereiken door onze uitrusting zo gestroomlijnd mogelijk te maken, maar ook onszelf. Vandaar weer het belang van de videobeelden. Er werden ons tevens verschillende vinslagen aangeleerd, die dan afhankelijk van de situatie kunnen worden aangewend om ons zo optimaal mogelijk voort te bewegen. Bovendien zorgt een goede vinteknik ervoor dat je meer controle hebt over je bewegingen.

3. Teamwork

Hoewel we meestal in buddy paren duiken, werd gedurende de cursus steeds in een team van vier duikers gedoken. Dit is gemakkelijker daar je de taken gedurende een duik kan opdelen: iemand is verantwoordelijk voor de decotijden, iemand anders voor het houden van de juiste diepte tijdens het stijgen, nog iemand anders laat de boei op, enz. Maar bovenal is het veel moeilijker dan verwacht. Je dient meerdere personen in de gaten te houden en ook met iedereen van het team rekening te houden. Goede afspraken in het algemeen en naar communicatie in het bijzonder worden heel belangrijk. Je "situational awareness" wordt behoorlijk op de proef gesteld! Je verwacht dan ook dat wanneer je buddy lucht nodig heeft, je dit onmiddellijk opmerkt, je onmiddellijk begrijpt wat er aan de hand is en je bovendien ook correct zal reageren. Zoals je ook verwacht dat hij correct zal reageren wanneer jij hulp nodig hebt.

Het trainen en verbeteren van deze zaken hebben me meer duikcomfort en duikplezier opgeleverd. Sinds die cursus en alle duiken erna (voor ons is bijna elke duik een training) voel ik me veel rustiger en zelfverzekerder tijdens een duik. Wanneer er even iets tegenzit, probeer ik dit probleem op een rustigere en meer gecontroleerde manier aan te pakken. Ik kan met minder moeite meer taken tegelijkertijd aan, doordat ik minder aandacht moet besteden aan mijn basisvaardigheden. Ik kom minder snel in een tunnelvisie terecht, ben me meer bewust van mijn omgeving en hou veel meer rekening met mijn teamleden. Ik ben tevens minder vermoeid, wat me zeker van pas komt nu ik op dat vlak met mijn gezondheid sukkel. Kortom, ik voel me een veel betere buddy en ik geniet nog meer van mijn duiken.

Maar ik maak me geen illusies, ik ben nog geen superduiker en ik heb nog veel te leren! En dat is net wat ik zo leuk vind: steeds bijleren en je grenzen op een gezonde manier verleggen. Er is immers nog zo veel te zien en te ontdekken onder water...

Marijke

WEDSTRIJD VAN DE

MAAND 🏆



WIE HERKENT DEZE DUIKER/DUIKSTER VAN ONZE CLUB ?

IK HEB HET DEZE KEER SUPER GEMAKKELIJK GEMAAKT : EXTRA TIP :WIE HEEFT DE MEEST GESPIERDE VROUWELIJKE KUITEN VAN DE CLUB ? 😊

WIE HET JUISTE ANTWOORD DOORMAILT VOOR 15/12/10

NAAR PATRICIAPPMOTORS@HOTMAIL.COM

WINT EEN LEUKE PRIJS !

GOKKEN MAAR !

UITSLAG WEDSTRIJD VORIGE MAAND :

Vorige maand oktober vroegen we jullie om deze knappe duiker/duikster te herkennen :



De oplossing was : KOEN VAN SWEEVELT



Er hebben maar 2 personen een gok gewaagd, en slechts 1 enkele herkende Koen, en het was weer Mark Devoldere – Hij dacht Koen te herkennen aan zijn vinnen van Mares, zijn lamp van Underwater Kinetics, zijn donker en korte kapsel, de compositie van de foto waarschijnlijk door zijn (levens)buddy genomen op een exotische bestemming ... Proficiat Mark! En bedankt om mee te spelen!

Wie verslaat Mark? De foto is deze keer heel gemakkelijk, denk aan de tip...

KALENDER

Wanneer?	Wat?	Waar?
DECEMBER 2010		
04/12/10	Theorielessen Decompressie technieken K 2 *	Karteria Diest
07/12/10	Zwembad-training !	Zwembad Diest
11/12/10	Theorielessen Praktisch duiken K 2 *	Karteria Diest
14/12/10	Zwembad-training !	Zwembad Diest
18/12/10	Theorielessen Duikgeneeskunde	Karteria Diest
21/12/10	Zwembad-training !	Zwembad Diest
26/12/10	KERSTDUIK IN MOL 11U (organisatie Joel)info volgt	Zilvermeer Mol
28/12/10	Zwembad-training ! (familieleden ook welkom)	Zwembad Diest
Verjaardagen :	25dec=Jorn N – 27dec=Marnix M	Proficiat!
JANUARI 2011		
02/01/11	NIEUWJAARSDUIK IN MOL 11U (organisatie Joel)	Zilvermeer Mol
04/01/11	Zwembad-training !	Zwembad Diest
08/01/11	Theorielessen Materiaal K 2*	Karteria Diest
11/01/11	Zwembad-training !	Zwembad Diest
15/01/11	Theorielessen Fysica K 2*	Karteria Diest
18/01/11	Zwembad-training !	Zwembad Diest
25/01/11	Zwembad-training !	Zwembad Diest
30/01/11	Theorielessen Reglementering K 3*	Karteria Diest
Verjaardagen :	16jan=Michiel V – 22jan=Dennis L	Proficiat!
FEBRUARI 2011		
01/02/11	Zwembad-training !	Zwembad Diest
05/02/11	Theorielessen Decompressietechnieken K 3*	Karteria Diest
08/02/11	Zwembad-training !	Zwembad Diest
12/02/11	Theorielessen Duikgeneeskunde K 3*	Karteria Diest
15/02/11	Zwembad-training !	Zwembad Diest
19/02/11	Theorielessen Praktisch duiken K 3*	Karteria Diest
19/02/11	DSD-CLUBFEEST THEMA PIRATEN info volgt	Zaal SCHAFFENIS Schaffen
22/02/11	Zwembad-training !	Zwembad Diest
26/02/11	Theorielessen Materiaal K 3*	Karteria Diest
Verjaardagen :	14 feb=Myrthe C – 24 feb=Katrien C – 25 feb=Jesse K	Proficiat!

Diestse Sportduikers vzw



Maatschappelijke Zetel

Kluisbergstraat 21

3290 DIEST

KBO Nr. 0418 246 677 @info@dsd.be ☎ www.dsd.be

Secretariaat

Klein Borgtstraat 14

2430 Laakdal

☎ 0496/36 66 99