



24.1.2020

Ari-Pekka Hakulinen

LAITESUKELLUKSEN PERUSKURSSI

Kurssin infotilaisuus

Infotilaisuudessa kerrotaan Savonlinnan Urheilusukeltajat ry:n toiminnasta, kurssin aikataulusta, käytännön järjestelyistä ja sukellusvarusteita, jotka kurssilaisten on itse hankittava. Samalla on mahdollisuus laitesukelluskokeiluun, eli päästä sukeltamaan aivan oikeilla paineilmalaitteilla kouluttajien välittömässä valvonnassa, uima-altaassa.

Kurssin sisältö

Savonlinnan Urheilusukeltajat ry:n järjestämä laitesukelluksen peruskurssi on Sukeltajaliitto ry:n koulutusohjelman mukainen ja se järjestetään seuran jäsenille. Haet siis seuran jäsenyyttä samalla kun osallistut kurssille, joka tarjoaa sinulle kaikki jäsenedut heti käyttöösi (ilmainen ilma, nitroksi, viikkosukellukset, leirit, retket, sukeltajalehti, tuplaturvavakuutus, jne).

Laitesukelluksen peruskurssilla opetellaan ne laitesukeltamisen perustiedot ja -taidot, jotka laitesukeltaja tarvitsee sukeltaakseen ohjatusti esimerkiksi sukelluseuran viikkosukelluksilla, leireillä ja sukelluskeskusten järjestämällä sukellusretkillä ulkomaillakin. Kurssin pääpaino on sukeltamisen käytännön perustaitojen opettelussa sekä sukellusturvallisuudessa. Koulutus koostuu teorian itseopiskelusta ja yhdestä lähiopetuskerrasta, teoriakokeesta, 5-7 allaskerrasta sekä vähintään neljästä avovesisukelluksesta.

Laitesukelluksen peruskurssi antaa sen hyväksytysti suorittaneelle henkilölle valmiudet suoranoususukellusten tekemiseen enintään 20 metrin syvyyteen

Paikka

- | | |
|---------------------|---------------------------------------|
| - lähiopetus | Savonlinnan lyseon lukio (Kirkkokatu) |
| - allasharjoitukset | Savonlinnan uimahalli/Tanhuvaara |
| - avovesileiri | Hälvälä, Savonlinna |

Ajankohta

Teoriaopiskelumahdollisuus aktivoidaan ilmoittautumisen jäleen

Läsnäolo lähiopetuskerralle on suotavaa. Oppilaan tulee osallistua vähintään neljälle allasopetuskerralle sekä molemmille avovesisukelluspäiville

Allaspäivät (5-7 kpl) sovitaan oppilaiden ja kouluttajien kanssa. Mahdolliset opetuspäivät sovitaan erikseen

Avovesisukellukset on tarkoitus suorittaa 6-7.6.2019



24.1.2020

Ari-Pekka Hakulinen

**Vastuu-
kouluttaja**

Ari-Pekka Hakulinen
Sukeltajaliiton hyväksymä CMAS Laitesukelluskouluttaja

Yhteystiedot:

- 040 635 9166
- Sähköposti: ari-pekka.hakulinen@sukeltaja.org

Kurssin pääsyvaatimukset

- Uimataito (vähintään 200 m)
- Savonlinnan Urheilusukeltajat ry:n tai Sukeltajaliiton rinnakkaisjäsen
- vähintään 12 -vuoden ikää ennen kurssin alkua
- alle 18-vuotiaasta oppilaasta tarvitaan huoltajan kirjallinen suostumus sukelluskoulutukseen osallistumisesta
- normaali terveys, ks. Terveydentilaselvitys. Alle 15-vuotiailta lääkärintodistus

Edellytyksen kurssille osallistumiselle

Oppimishalu, kyky omaksua uusia asioita ja toimia pareittain/ryhmässä. Ei klaustro- tai hydrofobiaa.

Rajoitukset

Sukelluskouluttajalla ja/tai lääkärillä on oikeus todeta kurssilaisen sukelluskelpoisuus ja tarvittaessa evätä se väliaikaisesti tai toistaiseksi.

Kurssin läpäisyvaatimukset

- hyväksytysti läpäisty teoriakoe
- hyväksytysti läpäisty allasosuus
- hyväksytysti läpäisty avovesiosuus
- kurssin järjestäjää kohtaan olevien taloudellisten velvoitteiden täyttäminen

Kurssi on suoritettava loppuun 12 kuukauden sisällä sen aloittamisesta.

Mikäli kaikkia yllä mainittuja kurssin läpäisykriteereitä ei ole saavutettu ja oppilas tarvitsee lisäharjoitusta, on Savonlinnan Urheilusukeltajat ry:llä oikeus periä ylimääräisistä lisäharjoituksista johtuvat kustannukset oppilaalta (10,00 euroa / lisäharjoituskerta). Mikäli oppilas on estynyt avovesiviikonloppusukelluksiin, sovitaan ko. avovesikoulutus erikseen jolloin kurssilaiselta peritään aiheutuneista kuluista 30 euroa / avovesipäivä.



24.1.2020

Ari-Pekka Hakulinen

Kurssin hinta

Laitesukelluksen peruskurssin hinta on 380,00 euroa, sisältäen:

- 1) Sukeltajaliiton oppilaspaketin ja mahdollinen eOpiskeluun
- 2) CMAS P1-sukeltajakortin.
- 3) Seuraavat sukellusvarusteet: laitepaketti, painot ja painovyö kurssin harjoitusten ajaksi
- 4) Savonlinnan Urheilusukeltajat ry:n jäsenmaksun kurssin järjestämisvuoden loppuun saakka (75,00 euroa aikuiset)
- 5) Savonlinnan Urheilusukeltajat ry:n seuran liittymismaksun (30,00 euroa), uimahallimaksut (1e/kerta), vapautuksen 30e ilmamaksusta vuodelle 2020.

Kurssin maksuehdot

Kurssimaksun on oltava näkyvässä seuran pankkitilillä täysimääräisenä viimeisenä ohjatulla allaskerralla. Maksu suoritetaan kurssin alussa saatavalla laskulla.

Kurssimaksu on mahdollista maksaa kahdessa erässä, mutta tästä on sovittava tapauskohtaisesti.

Muut kustannukset

- ns. perusvälineet: maski, snorkkeli ja räpylät. (huomioi Tempered/T – merkintä maskin lasissa, ei muovilaseja) (kustannus noin 75 euroa)
- mahdollinen lääkärintodistus (kysy lisätietoja kouluttajilta)
- **Sukelluspuku.** Kuivapuvun käyttö vaatii lisäkoulutusta, josta seuralla on oikeus periä lisäkorvaus. Märkäpukukoulutus sisältyy hintaan.
- Matkakustannukset ja ruokailut oman toteutuman mukaan

Käytettynä täydellisen paineilmalaitepakettin sukelluspuvulla voi saada n. 400-1000e. Uutena n. +1800e.

Kurssille tarvittavat varusteet

Uima-asu (infotilaisuuteen), perusvälineet (maski, räpylät) oltava ensimmäisellä allaskerralla. Muut sukellusvarusteet (avokantaräpylät, sukelluspuku, hansikkaat ja kengät, pintapoiju) oltava viimeistään viimeisellä allasharjoituskerralla. Jos päätät käyttää avovesisukelluksilla kuivapukua. On siitä neuvoteltava erikseen kouluttajan kanssa (lisäkoulutus).



24.1.2020

Ari-Pekka Hakulinen

Savonlinnassa ei ole sukellusvarusteita myyvää liikettä. Seuralaiset antavat kurssin ajaksi kurssilaisten käyttöön täydellisen paineilmalaitteen allas ja avovesiosuutta varten. Avoveteen on kurssilaisten kuitenkin osoitettava aktiivisuuttaan ja hankittava muu varustus. Varustuksen täytyy olla vähimmäisvaatimukset täyttävä, eli: sukelluspuku, maski, räpylät. Paineilmalaitteet ja painot sekä turvallisuus kaluston hoitaa kurssin järjestäjä. Merkinantopoijuja pyritään saamaan jäseniltä lainaan, mutta sen hankkimista omaksi suositellaan vahvasti.

Olenko riittävän terve sukeltamaan?

2008 vuoden alusta saakka ei pakollista sukelluslääkärintodistusta (paitsi alle 15-vuotailta) enää vaadita laitesukelluksen peruskurssille. Jos kuitenkin kurssilaisen terveydentila herättää kysymyksiä kouluttajan ja kurssilaisen keskuudessa, voidaan sukelluslääkärintodistus vaatia. Tällöin on kurssilaisen esitettävä hyväksytty sukelluslääkärintodistus. Tarkastuslomakkeen voit tulostaa internetistä, osoitteesta sukeltaja.fi (resurssipankki> lomakkeet> Terveys selvitys ja lääkärintarkastus). Lääkärintodistuksen saa kirjoittaa aivan normaalikin lääkäri, esimerkiksi työterveyslääkäri. Lääkärintarkastus tai muut lisätutkimukset eivät sisälly kurssihintaan.

Sukeltaminen ei ole sallittua päihteiden ja lääkityksen alaisena.



24.1.2020

Ari-Pekka Hakulinen

Kurssille ilmoittautuminen ja kurssiohjelmarunko

Kurssin aloituspäivä on *joustava, nonstop*. Ilmoittautumiset Ismo Falck / ismo.falck@suursaimaa.com

Kurssille otetaan enintään 6 oppilasta. Kurssin toteutumiseen vaaditaan 2 henkeä.

Kurssiohjelmarunko erillisenä dokumenttina.

Tervetuloa kurssille!

Vakuutus

Sukeltajaliitto vakuuttaa seuralaiset ns. Tuplaturva vakuutuksella. (<http://www.slu.fi/jasenjarjestoille/vakuutukset/tuplaturva/>). Vakuutus ei kata painekammiohoitoja ulkomailla. Laajemman vakuutuksen kurssilainen voi itse hankkia esim DAN (daneurope.com) tai Sukeltajaliitolta.



24.1.2020

Ari-Pekka Hakulinen

Tervetuloa 39:lle Savonlinnan urheilusukeltajat ry:n laitesukelluskurssille!

Olette varmasti suurella jännityksellä odottaneet tätä päivää, kun sukelluskurssi alkaa. Avaahan se aivan uudenlaisen näkökulman maailmaanne, pääsette katsomaan maailmaa veden alta! Tämä kurssi antaa teille uusia mahdollisuuksia harrastaa ja saada uusia ystäviä!

Kurssi koostuu lähi ja itseopiskelusta, sekä uimahallissa tapahtuvasta harjoittelusta. Halli-illoille tulee reilusti pituutta, mutta uskomme että jaksatte koko kurssin ajan! Teoriaosuus koostuu ihmisenfysiologiasta, sukelluslaitetekniikasta ja tietenkin sukelluksen suunnittelusta ja turvallisuustekijöistä. Kurssin aikana sinulla on mahdollisuus tehdä teoria-aiheisia harjoitteita kotona jotka valmentavat sinua kurssin lopussa pidettävään teoriakokeeseen.

Allaskoulutuksessa kouluttajat opettavat oppilaista pienryhmissä, sekä antaa välitöntä rakentavaa palautetta allasharjoitteissa. Riittävällä allastaidon osaamisella voimme päästää teidän turvallisesti avovesi osuuteen. Kurssin lopussa harjoittelette ja näytätte taitonne avovedessä. Harjoitukset ovat mini sukelluksia, kestoaltaan n. 15-30 minuuttia ja syvyyttä 2-15m. Neljännellä sukelluksella voidaan käydä syvimmillään 20m syvyydessä. Syvyyden tavoittelu ei ole itsetarkoitus.

Kurssin tavoitteena on antaa teille tarpeelliset opit pareittain tapahtuvaan turvalliseen sukeltamiseen aina 18 metrin syvyyteen asti. Hyväksytysti suoritettuna kurssin jälkeen ja kurssin järjestäjiä kohtaan olevien velvoitteiden täytettyä, te saatte postitse kansainvälisen CMAS P1 laitesukelluskortin.



24.1.2020

Ari-Pekka Hakulinen

Hieman yleistä Savonlinnan Urheilusukeltajat ry:stä

Savonlinnan urheilusukeltajat ry on perustettu 1972, joten se on Savonlinnan vanhin sukellus seura. Seuran jäsenten sukellusharrastus on monialaista: uinnista, snorkkelisukelluksesta aina vaativiin syvä-luolasukelluksiin. Seurassa on myös pitkäaikaista historiaa va-argeologiaa mm. vanhojen hylkyjen ja esineistöjen tutkimus sukelluksilla sekä muusta vedenalaisesta dokumentoinnista, joiden parhaimmista on palkittu aina pohjoismaidenmestaruuskisoissa saakka.

Seuran kalustoa

Seuramme tukialus M/S Kavassin täytti vuonna 2015 täyden 60-vuotta Kesäinen kotisatama Kavassilla on kirkkolahdessa oluttehtaan kadulla. Tämä vihreärunkoinen tukialuksemme seilaa yhteisillä lähdöillä aina kesäisin klo 18. Lähdöille on tervetulleita kaikki seuralaiset, myös kurssilaiset! Seuralaisten käytössä on useita korkeapainekompressoreita, joten ilmansaanti on taattu koko kauden. Peruskurssi oikeuttaa ilmansaantiin, mutta koulutus kompressorinkäyttöön on pyydettävä erikseen. Tässä asiassa sinua auttavat kouluttajat/kalustovastaava.

Laitesukelluskurssin käyneillä on mahdollisuus vuokrata seuran paineilmalaittepaketteja edulliseen hintaan. Lisätietoja tästä saat kouluttajilta.

Lisäksi seuran kalustoa on mahdollisuus vuokrata yksityisajoihin, tiettyjä ehtoja vastaan.



24.1.2020

Ari-Pekka Hakulinen

Kouluttajat

Vastuukouluttaja, laitesukelluksen peruskurssi
Hakulinen Ari-Pekka

040 635 9166
ari-pekka.hakulinen@sukeltaja.org

Muut kouluttajat:

Ismo Falck
Marko Kuosmanen
Risto Jutila

Sukellusvarustemyyjiä suomessa (esim.)

Varuste.net

<http://www.varuste.net>

Sukelluskeskus

<http://www.sukelluskeskus.fi>

Sukellus Luola Oy,

<http://www.sukellusluola.com>

Käytettyjä varusteita kannattaa etsiä, esim. huuto.net – sivustolta ja snorkkeli.net foorumista, facebookin ”scubatori” .

Sukellusvakuutus (kurssin jälkeinen vapaaehtoinen vakuutus)

DAN Europe

www.daneurope.org

Keskustelua sukelluksesta, esim.:

Snorkkeli.net

<http://www.snorkkeli.net>

Hylyt.net

<http://www.hylyt.net>

Savonlinnan sukellusseurat:

Savonlinnan Urheilusukeltajat ry

<http://savonlinnanurheilusukeltajat.fi/>

Sukellus Team Savonlinna