

TRAININGSDAG OVERLEVING OP ZEE

De winterperiode wordt traditioneel gekenmerkt door een afname van de duikactiviteiten. Een aantal clubs proberen deze vrijgekomen tijd in te vullen door allerhande festiviteiten, andere zoeken naar meer duikgerichte agendapunten. Zo ook de duikkring van de KBC Bank.

De KBC DiepZeeDuikClub is een buitenbeentje in zijn soort, want het is geen conventionele duikclub. Het is een club waar de leden of hun nauwe verwanten KBC'ers en duikers zijn, afkomstig uit alle mogelijke duikclubs. Je kan het gerust een representatieve groep van de duikend België noemen. Op de agenda stond een dagje trainen in het Maritiem Trainings Centrum (M.T.C.).

Alhoewel ik er al van gehoord had, wist ik niet wat ik er moest van verwachten. Hoe moet je je immers een dag "overleving op zee" voorstellen, als je geen idee hebt van wat daarbij het probleem is? Met een goede reddingsvest, een duikpak of een reddingsvlot kan dit toch niet zo moeilijk zijn? Kortom ik had er geen idee van, maar 's morgens vroeg stond ik toch te popelen om er aan te beginnen.

We werden rond 9 uur in de haven van Rotterdam verwacht. Door de aan de gang zijnde werken kon de rit als een goede voorbereiding voor de Camel Trophy dienen. Met een half uurtje vertraging kwamen we op de plaats van afspraak aan, maar geen erg, we mochten onmiddellijk onze voeten onder de ontbijttafel schuiven. We zouden immers al onze krachten voor de rest van de dag nodig hebben en wat is er beter dan een goed - zelfs al is het een tweede - ontbijt? Na het ontbijt, werden we verzocht om ons naar de briefingzaal te begeven. Daar kregen we eerst een videofilm over hypothermie (onderkoeling) te zien. De slechte verduistering van de zaal en de lamentabele toestand van de film zorgden er voor dat de interessante informatie niet helemaal overkwam. De excuses van de organiserende club Get Wet en een herhaling van de belangrijkste punten konden dit slechts ten dele goed maken.

Na deze videofilm van een uur, werden we in ploegen ingedeeld en werd de rest van de dag uit de doeken gedaan. De bedoeling was onder begeleiding van een instructeur een circuit van zeven stops te doorlopen, met op iedere stop een 20-tal minuten om te oefenen. Na een pauze van een kwartier zullen we het circuit moeten doorlopen, maar dan met alle effecten. Maar eerst de oefenin-



Om te overleven in zee blijf je best in groep.

gen in het zwembad. Het circuit bestond uit de volgende onderwerpen.

REDDINGSVESTEN

De bedoeling was om een reddingsvest correct te gebruiken. Een reddingsvest kan je leven redden, maar als je van een schip naar beneden springt met een slecht aangetrokken reddingsvest of een slechte techniek kan je je nek breken. Na een sprong, werden we ingelicht over een aantal elementaire overlevingstechnieken. Samengevat komt het er op aan dat, om te overleven op zee je best een reddingsvest gebruikt, je je zo klein mogelijk maakt en je in groep blijft.

HET ONTSNAPPEN UIT EEN AUTO TE WATER

Het zal je maar overkomen. Op weg naar een duikstek kom je met je auto in het water. Jawel, deze oefening leert je hoe je dan het best uit het autowrak kunt ontsnappen. Deze simulatie gebeurt met behulp van de HUET (Helicopter Underwater Escape Training).

HET WERKEN MET EEN ZODIAC RUBBERBOOT

Rubberboten van het type Zodiac zijn in de duiksportwereld als bijboot zeer goed gekend. Deze oefening leert hoe je vanuit het water gemakkelijk in een rubberboot kruipt en hoe je een onderkoelde duiker op een veilige manier aan

boord brengt. Tevens leer je een omgedraaide Zodiac terug recht trekken.

HET GEBRUIK VAN EEN REDDINGSVLOT

Ieder groot schip moet uitgerust zijn met een reddingsvlot. Het is dus nuttig om te weten wat er zich in zo'n vlot bevindt en hoe je het moet gebruiken. Je leert tevens wat belangrijk is te doen en wat niet te doen. Zo moet je bvb. niet de held gaan uithangen door een slachtoffer te gaan halen, tenzij je verbonden blijft met het vlot door middel van een lijn.

EERSTE STAND MET GECOMBINEERDE OEFENINGEN

Deze stand laat toe om op allerlei manieren uit het water te komen. Er hangen cargonetten (grootmazige netten) waarop je met een speciale techniek moet opklauteren, want je handen zijn door de koude meestal onbruikbaar. Een sprong van 3 meter waarbij een techniek voor vallen van grote hoogtes moet toegepast worden. Tevens wordt uitgelegd hoe de mond en neus moeten afgeschermd worden teneinde te vermijden dat de eerste ademteug bij het bovenkomen door een overslaande golf tot verdrinking zou leiden. Tenslotte

wordt een helikopterredding door middel van een sling gesimuleerd.

TWEDE STAND MET GECOMBINEERDE OEFENINGEN

Deze stand dient om het klauteren op touwladders en koorden onder de knie te krijgen. Vermoeid door de vorige oefeningen en met koude handen is het geen eenvoudige taak om als team iemand van meer dan honderd kilo via een koord naar boven te krijgen, toch moet iedereen gered worden!

EEN REDDINGSVLOT OMDRAAIEN

Naast het redden van overlevenden, blijkt een reddingsvlot ook nog een fantastisch instrument te zijn om iemand met zware letsels uit de zee te krijgen. Wel moet je dan weten hoe je zo'n vlot moet omdraaien; namelijk door een goede techniek, hard labeur en veel teamwork. Na de oefening is er een welverdiende pauze van een 15-tal minuutjes. De vrijwilligers mogen een buitensprong in het koude water van een hoogte van 9 meter wagen. Natuurlijk volgens de aangeleerde techniek. De moeite!

Terug opgewarmd moeten we alle oefeningen opnieuw doen. De oefening "auto in het water" wordt vervangen door de eerste oefening maar dan zonder reddingsvest. Wel krijgen we maar 7 minuten per oefening en worden alle natuurelementen op ons los gelaten: stortregens, golven van 2 meter hoog, wind van 4 à 5 Beaufort, bliksem, ... kortom een ideaal moment om schipbreuk te lijden. Ondanks de vermoeidheid en het onzure weer werd iedereen door de opgedane lessen en teamwork gered!

Na een verkwikkende warme douche werden we voor een debriefing aan het Oostvoornse Meer verwacht. Een beetje samenvattende commentaar, de uitreiking van certificaten en de nodige vloeistof besluit deze zware, maar interessante trainingsdag.

TOT SLOT EEN AANTAL BEMERKINGEN

Persoonlijk vind ik dat de beschikbare tijd voor de oefeningen te klein is om de techniek echt onder de knie te krijgen. Daarbij komt nog dat er 1 persoon de groep volgt, zodat de kwaliteit van de uitleg afhankelijk is van die ene begeleider. De groepen zelf, ongeveer 10 personen,

zijn te groot, zodat er bijna geen feedback gegeven wordt op de uitvoering van de opdrachten. "Doe ik het goed?" was dan ook een veel voorkomende en onbeantwoorde vraag. De oefeningen zouden ook meer toegespitst kunnen worden op de situaties waarin sportduikers zich kunnen bevinden.

Toch vind ik deze trainingsdag een must voor iedere duiker die zich op zee waagt en wel om de volgende redenen:

- Als je nog geen respect had voor de zee, dan zal je het daar wel krijgen. Je ondervindt immers, op een veilige manier, de kracht van de zee en de moeilijkheid om er in te overleven. Waarschijnlijk zul je na deze dag beter voorbereiden voor een duik in zee.

- Door het aanleren van een aantal basisregels en -technieken stijgen je kansen na een schipbreuk of het verlies van de boot na het duiken.

- Het is niet alleen een fantastische, persoonlijke ervaring, maar het scherpt ook de clubgeest aan. Voor de prijs hoeft je het in ieder geval niet te laten.

Het was een positieve ervaring en ik ben blij het te hebben meegemaakt. ■

Patrick VAN HOESERLANDE



Specialist in duikhorloges van:

Casio, Rodania, Mutrix (1 jaar garantie),
Seiko (2 jaar garantie), en Citizen (3 jaar garantie)

Speciale aanbieding (zolang de voorraad strekt)
vanaf 14/04/00:

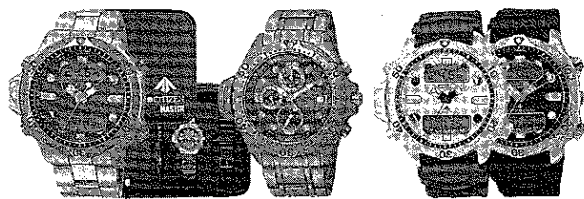
Citizen New Aqualand,

stalen band met extra rubber band en

Citizen New Aqualand,

met lichtgevende wijzerplaat en rubber band,

van **19.900** fr. voor **15.900** fr.



De Vilder Yvan (1* instructeur YDS)

Passtraat 1 - 2470 Retie - Tel: 014/37.74.14

5 km van de E 34 afrit 25

Copco Travel

(voorheen De Zwerver)

Malediven - Hotel Kandooma***

Op basis van half pension.

9 dagen / 7 nachten v.a.	36.990
16 dagen / 14 nachten v.a.	42.160
Duiken: 6 dagen pakket = 12 duiken + 1 nachtduik	8.800
12 dagen pakket = 24 duiken + 2 nachtduiken	16.800

Malediven - Hotel Biyadoo****

Op basis van vol pension.

9 dagen / 7 nachten v.a.	45.990
16 dagen / 14 nachten v.a.	60.160
10 duiken op het rif	8.800
6 dagen pakket (fun diving)	16.800

Cuba - Santa Lucia - Club Mayanabo

Op basis van all inclusive.

9 dagen / 7 nachten v.a.	32.860
16 dagen / 14 nachten v.a.	41.610

Mexico - Playa del Carmen - Club Viva Maya

Op basis van all inclusive.

9 dagen / 7 nachten v.a.	38.420
16 dagen / 14 nachten v.a.	54.050

Egypte Duiksafari Noord =	380 US \$ (min. 14 pers. zonder vlucht)
Duiksafari Zuid =	400 US \$ (min. 14 pers. zonder vlucht)
Dagtrips =	25 US \$ (min. 14 pers. zonder vlucht)

Andere bestemmingen op aanvraag.

De prijzen zijn in Bfr en per persoon in dubbel kamer.

Dorpstraat 28 - 2180 Ekeren

Tel 03/542 42 22 - Fax 03/542 47 62 - Lic B 2375