



## Lesprogramma 1e kwartaal 2025

2025	Algemeen	Jeugd		Volwassenen			Opleidingen		Bijzonderheden
		Nico, Sander, Thijs Resie, Angie, Hayley, Maik v. D.	Henri, Mien & Maik G.	May			Dennis		
		<b>Snorkelgroep</b>	<b>Explorers</b>	<b>Training</b>	<b>Instructeur</b>	<b>Toezichthouder</b>	<b>Open water - Dave &amp; Roy</b>	<b>Al - Dennis</b>	
		Pr: 17.30-1830u	Th: 17.00-17.45u Pr: 18.00-19.00u	Pr: 18.30-19.30u			Th: 17.30-18.30u Pr: 19.30-20.30u	Th: 10.00-17.00u Pr: 18.00-20.00u	
<b>Jan</b>									
04-01-25	<b>Buddyrun &amp; Nieuwjaarsreceptie 17.30 - 22.30 uur</b>								Flessen vol!
11-01-25	Instructeursvergadering 16.30 uur	Conditieles	Conditieles	Conditieles	Sander & May	Sander Hendrikkx	Try Dives + ROC		Zwembad t/m 21.30u
18-01-25		Snorkel - Thijs & Hayley		Perslucht	Ruud	Angie Waals			Herhaling EHBO & O2 o.l.v. Steef 17.00-20.30u
25-01-25		Snorkel - Nico & Maik		Snorkel	Frank G	Resie Horijon			
<b>Feb</b>									
01-02-25		Bubblemaker (Dave)		Perslucht	Dave	Frank vd Linden			
08-02-25		Snorkel - Thijs & Angie		Snorkel	Roy	Jan de Graef			Herhaling EHBO & O2 o.l.v. Steef 17.00 - 20.30u
15-02-25		Snorkel - Sander & Resie		Perslucht	Hans	Maik v Dam		Les 1	Flessen vol!
22-02-25	Instructeursvergadering 16.30 uur	Conditieles	Conditieles	Conditieles	Sander & May	Sander Hendrikkx	Try Dives + ROC	Les 2	Zwembad t/m 21.30u
<b>Mrt</b>									
01-03-25	<b>Geen lessen i.v.m. carnaval</b>								
08-03-25		Snorkel - Thijs & Angie		Snorkel	Stefan	Loes Porankiewicz			
15-03-25	Algemene Ledenvergadering 20.00 uur	Bubblemaker (Hans)		Perslucht	Pim	Rianne Teeuwen		Les 3	Dry Suit Specialty o.l.v. Ruud
22-03-25		Snorkel - Nico & Hayley		Snorkel	Astrid	Diedrich Hendrickx		Les 4	
29-03-25		Snorkel - Thijs & Resie		Perslucht	Tim	Rosalie vd Vegt			Flessen vol!
30-03-25	Familiedag								
<b>Apr</b>									
05-04-25	Instructeursvergadering 16.30 uur	Conditieles	Conditieles	Conditieles	Sander & May	Sander Hendrikkx	Try Dives + ROC	Les 5	Zwembad t/m 21.30u

### Lege duikflessen van het duikteam

Beschermddop eraf: minder dan 100 bar, moet gevuld worden. De 5 liter flessen na gebruik altijd vullen.

Beschermddop erop: fles is vol

### Taken Toezichthouders: (coördinator: Loes)

Toezicht houden vanaf de waterkant tijdens de training en opleidingen van volwassenen en jeugd.

- Toezichthouder is 15 min voor aanvang aanwezig;
- Lees alle richtlijnen goed door (badmeestershok);
- Invullen logboek na afloop;
- Uitgifte/inname duikmateriaal uit kast;
- Ruilen/vervanger ZELF regelen en coördinator informeren.

### Basisuitrusting snorkelen:

Bril, snorkel, vinnen, shorty en loodgordel met 2 kg lood.

### 32Basisuitrusting perslucht:

Jacket, fles, automaat + octopus, vinnen, bril, leitje en lood.

**Bij problemen met materiaal van de vereniging, dit doorgeven aan de toezichthouder. Noteer op bord in kast.**

**Bij huur zwembad uitrusting: huurkaart knippen door toezichthouder.**