

# Checklist benodigd duikmaterieel zwembadtraining

## ABC materieel

- Duikbril
- Anti damp duikbril (eventueel)
- Tuba (snorkel)
- Zwembadpalmen (zwembadvinnen)
- Zwembad loodgordel met eindstoppers, voldoende geplastificeerd lood (2 of 3 blokken) met loodblokstoppers (meestal is 3 à 4kg voldoende afhankelijk van de lichaamsbouw)

## Kledij e.a. persoonlijk gebruikt materieel

- Duikzak
- Zwembroek, badpak
- Shorty of aeroskin pakje/T-shirt (bij snel koude)
- Handdoek
- Shampoo
- Zwembadslofften (goede antislip zool, voldoende steun en stevigheid voor de voeten!)

## Zwembadoefeningen met perslucht

- Duikfles met back-pack
- Duikfles zonder back-pack
- Duikjacket
- Ontspanner (eerste en 2<sup>e</sup> trap) zonder manometer en inflatorslang
- Ontspanner (eerste en 2<sup>e</sup> trap) Ontspanner met manometer en inflatorslang
- Ontspanner (eerste en 2<sup>e</sup> trap) Ontspanner zonder manometer en inflatorslang maar met octopus
- Ontspanner (eerste en 2<sup>e</sup> trap) Ontspanner met manometer, inflatorslang en octopus
- Buddyline

## Ander zwembad materieel te voorzien voor oefeningen

- Bord
- Uitwisbare whitebord stiften
- Bordwisser
- CPR pop An
- Onderlaken om de CPR pop An zuiver te houden
- Ontsmetting en reinigingsmiddel CPR pop An
- Zuurstoffles met beademingsinrichting
- Reel (haspel)
- OSB
- 
- 
- 
- 
- 

EHBO Veiligheidsmaterieel en telefoon is in de EHBO kamer van het zwembad aanwezig (wel iedere keer nakijken)