

Horros vastaan koulutus

Jotkut sukeltajat menevät koloihinsa talvikuukausiksi käyttäytyen ennemminkin kuin nukkuvat karhut, kuin seikkailevat veden rakastajat. Vaikuttaa että ainoa aika, jolloin näet nämä vaikeasti tavoitettavat oliot on, kun he tarvitsevat uuden snorkkelin paetessaan trooppiselle sukellusmatkalle. Matkailun ei kuitenkaan tulisi olla ainoa syy, miksi sukeltajat kaivautuvat "luolistaan" harrastamaan sukellusta.

"Aktiivinen" on suhteellinen termi tarkoittaen eri ihmisille eri asioita. Yleisesti ottaen useimmat sukeltajat jäävät jonnekin liki horrokseen kun maa alkaa huurtua eikä voi sukeltaa useaa kertaa kuukaudessa. Kun sää on huono, saattaa olla motivoivampaa ajatella sukeltamista toiselta kantilta. Pienellä suunnittelulla ja luovuudella voit jatkaa sukelluksiasi läpi vuoden.

Ilmeisin talviaktiiviteetti kylmissä olosuhteissa on jääsukellus. Vaikka se ei olekaan kaikille, kylmäkallet kokevat sen melko viileäksi (leikillisesti sanoen).

Pienellä ennakoajattelulla saattaa olla yllättävän helppoa houkutella pari osallistumaan sukellukselle, joka aloitetaan sahaamalla jäähän reikä. Tämä on erinomainen mahdollisuus laajentaa tietojasi etsiessäsi uusia haasteita, mutta mitä muuta sellaista, joka ei vaadi menoa jäätyneeseen veteen, voit tehdä?

Kaikki, altaaseen!

On rajattomasti aktiviteetteja, jotka antavat sinun pysyä aktiivisena vaatien minimaalisen ajan olla ulkona. Monet näistä alkavat uima-altaassa ja tekevät paremmin varustautuneen sukeltajan. On olemassa syy, miksi ei-aktiivisen sukeltajan taidot rapistuvat nopeammin kuin aktiivisten sukeltajien. Joten miksi et nappaisi sukelluspariasi ja suunnitaisi paikalliseen sukelluskeskukseen harjoittelemaan? Sukelluskeskukset kaikkialla tiedostavat, että talvikuukaudet ovat erinomaista aikaa taitojen parantamiseen, joten ne järjestävät nosteklinikoita, pelastuskertauksia, kuivapuku-orientaatioita ja vedenalaisen valokuvauksen / videokuvauksen harjoitussessioita.

Noste: opi riippumaan

Erinomaiset nosteenhallintakyvyt ovat tärkeitä kaikille sukeltajille. Kyky välttää häiritsemästä herkkää vedenalaista elämää, pysymään pois pohjasta ja säilyttämään näkyvyys ja suorittamaan turvapysähdykset vaativat kaikki jatkuvaa nostekontrollin huomiota. Allas mahdollistaa sinua työskentelemään näiden taitojen kanssa kontrolloidusti. Nosteklinikat antavat sinulle mahdollisuuden työskennellä painotuksesi kanssa. Yleisesti ottaen huomaat, että painomäärä minkä tarvitsit alkaessasi sukellusharrastuksen, on liikaa. Kokemuksen myötä olet rennompina pinnan alla, jolloin kontrolloit hengitystäsi paremmin.

Hitaita, tarkoituksenmukaisia henkäyksiä voidaan käyttää veden alla pienten nostesäätöjen tekemiseen, mutta vain jos olet oikein painotettu. Allas antaa myös mahdollisuuden kokeilla erilaisia painojärjestelmiä eriasteisten suojapukujen kanssa. Huppujen, hanskojen ja neopreeniliivin kanssa sekä ilman. Ottakaa parin kanssa ystävällismielinen kilpailu nähdäkseenne, kuka saa riisuttua enemmän painoja painosysteemistänne. Varmistatthan tietenkin, että voitte tehdä simuloidun turvapysähdyksen melkein tyhjän pullon kanssa.

Pelasta minut: harjoittelu tekee mestarin

Nostetaidot eivät ole ainoita, joita kannattaa harjoitella. Allas on erinomainen paikka harjoitella

pelastustaitoja. Niihin kuuluu ilmaloppu-tilanteeseen reagoiminen, jalkakrampit ja paniikki. Ja muita kursseja, kuin "pelkän" peruskurssin käyneille, muun muassa tajuttoman sukeltajan kanssa harjoittelua pinnan alla ja pinnalla, paniikissa olevien sukeltajien rauhoittamista ja vedestä poistumista. Saatat osallistua käynnissä olevaan elastusharjoitteluun, (olettaen että olet jo luokiteltu rescue-sukeltaja), harjoittelemaan samoja taitoja kuin uudet rescue-sukeltajat. Ja mikäli sinä ja parisi ette jo ole rescue-sukeltajia saattaa tämä olla loistava aika ilmoittautua kurssille.

Kuivapuvut: lämpöiset ja ihmeelliset

Talviajan lämpösuojana kuivapuvut ovat mahtavia - ja joillain alueilla aivan välttämättömiä. Ne saattavat olla juuri se, mitä tarvitset sukelluskauden jatkamiseksi.

Koska olemassa on erilaisia malleja ja lisävaruste- vaatimuksia, kokeile altaassa, ennen kuin ostat kuivapuvun. Paikallinen sukelluskeskus ja kouluttajasi osaavat opastaa sinua parhaiten ostamaan oikeanlaisen systeemin ja voivat jopa antaa tarvitsemaasi tietoa ja koulutusta tehdäkseksi siirtymisesi kuivapukuun helpoksi.

Siitä vaan: hae muistoja ja hio taitoja

Vedenalaisesta valo- ja videokuvauksesta innostuneille ei ole parempaa paikkaa kuin talvinen allas harjoiteltaessa kameratekniikkaa ja kuvan asettelua. Muutamaan filmirullaan (tai digikameran patteriin) taikka videonauhaan investointi allasharjoittelua varten maksaa itsensä moninkertaisesti takaisin tulevaisuuden sukelluksilla. Joidenkin sukelluskeskusten tiedetään tehneen "tekoriuttoja" altaan pohjaan. Niissä voi olla leluja ja muita esineitä, jotka vaativat kiertelyä oikean kuvakulman saamiseksi. Tämä vaatii enemmän keskittymistä nosteeseen aseteltaessa ja ottaessa kuvaa tai videota pitäen itsensä pois sotkemasta keinoriutaa.

Mikäli sää pelottaa

Vaikka päättäisit, että (jopa sisä-)altaaseen hyppääminen sydäntalvella ei ole sinun mielestäsi hauskaa voit jatkaa sukeltamista talvella ilman vesipisaraa.

Meidän kaikkien on pidettävä PPE- ja ensiaputaitomme ajan tasalla siltä varalta, että joudumme auttamaan joko sukelluspaikalla tai kadulla kävellessä.

Ulkoisten defibrillaattoreiden (AED) ja hapenannon kurssit ovat luonnollisia myös sukeltajille. Muista, että yleinen sukellusväestö ikääntyy tehden AED-laitekoulutuksen sukeltajille erittäin soveltuvaksi.

Kysy DAN-kouluttajaltasi, jolla saattaa olla näitä ja muita kursseja aikataulussaan. Aina on paljon opittavaa, on kyseessä sitten koko kurssi tai yksinkertainen kertaus. Miksemme käyttäisi noita hyisiä päiviä lisätäksemme kykyämme auttaa?

Vaikka sää muuttuukin hivenen viileäksi ja vesi jäätyy, voimme silti nauttia sukellusaktiviteeteista ympäri vuoden. Soita sukelluskeskukseesi saadaksesi tietoa muista kursseista, kuten sukelluspaikalla tapahtuva neurologinen arviointi (On-Site Neurological Assessment for Divers) ja vaarallisten merieläinten aiheuttamien vammojen ensiapukurssi (Hazardous Marine Life Injuries).