



**Bindende krav til viden og færdigheder som instruktøren skal sikre sig eleven har, før der udstedes et CMAS normoxic trimixdykkercertifikat. De bindende krav er DSF's implementering af CMAS-standard " CMAS TRIMIX DIVER AND INSTRUCTOR STANDARDS AND REQUIREMENTS VERSION 2009/01 (BOD 167)**

CMAS normoxic trimixdykkeren har en klar forståelse af emner relateret til "Normoxic" trimixdykning inklusive den praktiske anvendelse af det ekstra dykningen kræver og det tilhørende udstyr. Dykkeren har en klar forståelse af de fysiske og fysiologiske aspekter af normoxic trimixdykning og strategier til at klare dykningen. Dykkeren har en klar forståelse af den omfattende dykkeplanlægning, der kræves til normoxic trimixdykning, herunder risikovurdering, valg af udstyr, konfiguration af udstyr, back-up gas, flugtveje, accelereret dekompensation og supportteam.

**Forudsætninger for start på kursus**

1. Kursisten skal være fyldt 18 år
2. CMAS 3-stjernet dykker eller tilsvarende
3. CMAS advanced nitrox eller tilsvarende
4. Mindst 150 dyk med mindst 20 advanced nitrox dyk
5. Kursisten skal have en af Dansk Sportsdykker Forbund godkendt helbredserklæring, der er mindre end 2 år gammel.
6. Kursisten skal underskrive en uddannelses aftale – for mindre årige skal der ligeledes være underskrift fra værge.

**Efter kursus kan den certificerede CMAS normoxic trimixdykker gennemføre:**

- Dykninger på normoxic trimixgasblandinger med mindst 18%.oxygen
- Dykninger til maks 60 m med en pO<sub>2</sub> på højst 1,4 bar
- Dekompensation med nitrox eller Oxygen med et pO<sub>2</sub> på højst 1,6 bar
- Dykninger med en Ækvivalent nitrogendybde (END) på højst 40 m

**Viden**

Dykkeren skal have en forståelse af:

- Fysiologi og fysik ved brug af helium
- Gasplanlægning, herunder beregning af bestmix, tab af gas, Oxygenforgiftning



- Udstyr til brug ved trimixdykning
- Planlægning af normoxic trimixdyk i teams

### Færdigheder

Dykkeren skal kunne anvende dekompressionssoftware og planlægge dykninger ned til 60 m med normoxic trimix.

Dykkeren skal være helt fortrolig med anvendelse af dykkerudstyr konfigureret til trimixdykning med to gasskifte under trindekompresionsstop ~~ved dykning på dybder ned til 60 meter.~~

Dykkeren skal kunne afbalancere og have fuld kontrol over sine bevægelser i alle retninger, og skal kunne svømme effektivt ved brug af finner uden at forstyrre havbunden.

Kunne iværksætte nødprocedure ved fejl på udstyr og andre uforudsete hændelser under dykninger.

Dykkeren skal kunne fungere som disciplineret medlem af et team af dykkere, og samtidig være i stand til selvstændig at afslutte en dekompressionsdykning på sikkert vis ved tab af makker.

### Forudsætninger for certificering

Dykkerens viden og forståelse af ovenstående områder kan testes ved en teoriprøve ~~prøve~~ udarbejdet af Teknisk Udvalg under Dansk Sportsdykker Forbund.

Dykkerens færdigheder bedømmes løbende gennem kurset indtil kursets slutning. Ved afslutning af kurset skal eleven have demonstreret følgende færdigheder i åbent vand:

- Afbalanceret
  - Maske skift
  - Shutdown
  - Opsende dekobøje
  - Håndtering af deko-flasker
- Svømme 10 m langs en line uden maske.
- Tom for luft øvelse efterfulgt af 20 m svømning med donering af gas fra makker.
- Brug af korrekt finneteknik ved ikke at forstyrre havbunden.
- Opstigning langs bøjeline i et team

Dykkeren skal have erfaring fra 6 dyk med en samlet vandtid på mindst 300 minutter



Dansk Sportsdykker Forbund har udarbejdet et vejledende eksempel på et undervisningsforløb, der sikrer at eleven får lejlighed til at lære og demonstrere den nødvendige viden og færdigheder. Eksemplet kan ses i dokumentet Lektionsplan-normoxic trimix, som kan hentes på forbundets hjemmeside.

### **Bindende krav til instruktører, der uddanner CMAS normoxic trimixdykkere.**

Instruktøren skal være fyldt 20 år og som minimum have et gyldigt CMAS 2-stjernet instruktørcertifikat, CMAS Normoxic trimixinstruktørcertifikat, samt trimixgasblendercertifikat.

Uddannelsen skal foregå i en klub under Dansk Sportsdykker Forbund, i et dykkercenter eller lignende med en skoleaftale med Dansk Sportsdykker Forbund.

Ved alle dyk, hvor der foregår instruktion eller kontrol af færdigheder, skal instruktøren være sammen med eleverne i vandet. I bassin kan instruktøren arbejde med op til 4 elever samtidigt under vandet. Ved instruktions- eller kontroldyk i åbent vand kan instruktøren højst følge et hold på tre dykkere.

### **Bindende krav til udstyr:**

Da dette kursus ikke er egnet til afprøvning af udstyr, så skal kursisten råde over følgende udstyr.

- To trykflasker til trindekompresion inklusive webbing, regulator og manometer
- Wetnotes til backupplaner
- Regulatorer med standard slange og en med mindst 1,5 m lang slange
- To knive (eller en lille kniv og en linjeskærer)
- To spoler med en rød og en gul DSMB
- Dragt for at imødekomme den forventede vandtemperatur (tørdragt skal have separat dragtinfляторssystem)

Der skal være redundans på:

- Gas (dobbeltsæt med manifold)
- Opdrift (Tørdragt og vest eller våddragt og vest med dobbeltblære)
- Lys (En primær lygte og mindst en back-up)
- Maske
- Tid og dybde