

TORPEDO SPORTRAAD d.d. 05/03/2004

Aanwezig: Christine, Henri, Peter J, Chris, Eric, Jos, Peter B, Valentin, Benjamin, Karolien, Luc D
Verontschuldigd: Kristel, Nadia, Yvan, Thomas, Tine, Daniël

1. Aanduiden verslaggever/secretaris van de sportraad

Luc Dupas zal dit in de toekomst verzorgen.

2. Correcties huidige WDMN / leskaarten conditie- & voortraining

- Het theorie-examen 2*D/3*D op 29/03 zal doorgaan in het clublokaal i.p.v. zoals voorheen gemeld in het cafetaria van het zwembad.
- De twee overzichtskaarten met gewone resp. apnea-oefeningen voor de voortraining en de conditietraining zijn beschikbaar in de zwembadmap, maar zijn blijkbaar niet, of nog niet, veel gebruikt geweest. De kaarten zijn gebaseerd op ons online overzicht, en opgesplitst “gewoon” versus “apnea”.

3. Stimulatie 3*D en 4*D

- De aanpak van een instructeur specifiek aan te duiden voor de begeleiding en opvolging van een bepaalde doelgroep (v.b. kandidaat-2*D, kandidaat-3*D, kandidaat-4*D, enz.) verloopt prima. Wegens het wegvallen van Edwin is hier tijdelijk een probleem dat binnenkort met het “officieel” worden van het instructeurschap van Peter opgelost wordt. Daniel staat in voor de begeleiding van de kandidaat 4*D's en is regelmatig niet aanwezig in het zwembad, maar hij heeft met de kandidaten een duidelijk trainingschema opgesteld zodat zij dit tijdens zijn afwezigheid toch verder kunnen afwerken.
- De huidige kandidaat-4*D's (Karolien, Benjamin en Eric) zijn quasi rond wat hun OW-proeven betreft. Er komt een voorstel op tafel voor het inrichten van het afsluitende theorie+zwembadexamen op 11 mei, met 18 mei als mogelijke backup. Op dit examen worden ook kandidaten van DDT en Duklo uitgenodigd. Christine neemt de nodige acties en zal ook uitkijken naar lokalen met voldoende ruimte in het zwembad (blijkbaar moet tegelijkertijd bij iedere kandidaat ruimte voorzien worden voor een 3-koppige jury). Opgelet: de volledig ingevulde brevettenkaarten moeten minstens 1 maand op voorhand ingeleverd worden bij de NELOS!
- Voor de volgende reeks kandidaat-4*D's zal een mailtje gestuurd worden naar alle 3*D's om hen te vragen hun kandidatuur bekend te maken en tevens ook te wijzen op de eerstvolgende proevendag van de Bravos van 16/05.

4. Doop 2004

Dit jaar organiseert Duklo de doop. Voorlopig ligt 6 juni vast als datum.

5. OWT 2004

Peter J, Jos en Benjamin zullen de praktische organisatie/uitwerking van de OWT op 22 juni op zich nemen.

6. Havenfeesten 2004: 26-27 juni

Karel als feestleider zal met de hulp van Chris W de Torpedo-initiatieven en activiteiten coördineren. Er komen suggesties om iets “speciaals” te doen zoals v.b. een zwemtocht-met-proeven in de Vaart, enz. Alle suggesties, en vooral veel helpende handen, zijn welkom!

7. WDMN

- De WDMN voor de eerstvolgende 3 maanden wordt opgesteld en zal asap online gezet worden door Luc.
- Voor Vodelee (14/03) wordt een mail uitgestuurd met de boodschap dat voor deze duik voorrang zal verleend worden aan de mensen die –30m en –40m duiken en proeven nodig hebben voor hun brevet. Inschrijven bij Christine.
- Zondag 28/03 is het in de namiddag de Academische Zitting van de NELOS (waar Peter officieel zijn instructeurstitel zal krijgen) in Geel. In de voormiddag kan 1 duik georganiseerd worden in het Zilvermeer (ideaal voor beginners!). Allicht zullen we ons moeten omkleden op de parking buiten het domein en te voet binnengaan.
- Voor de Zeeland-duiken zal, omwille van de uren van het tij, allicht meestal 1 duik gedaan worden op een plaats buiten het tij en 1 duik op het tij. Omwille van de voorziene werken op de Antwerpse ring kunnen er verkeersproblemen verwacht worden, maar we zullen tegen dan wel zien hoe “erg” het is/wordt. I.v.m. Zeeland maakt Luc ook melding van het nieuwe Nederlandse BPR (Binnenvaart Politie Reglement) 2004: hier wordt nu specifiek vermeld dat duiken “in de nabijheid van bruggen” verboden is! Dit betekent strictu sensu dat duiken aan de Zeelandbrug niet meer mogen! Wordt opgevolgd bij/via de NOB en de Provincie Zeeland i.v.m. een mogelijke ontheffing.
- Mogelijks wordt er een Noordzeeduik georganiseerd op 21 of 22 mei. In die periode is er evenwel nog risico op “bloei”. Christine neemt contact op met Fons van de Aquarius.
- Voor de zomermaanden wordt opnieuw De Nekker voorzien. Er kan eventueel uitgezocht worden of het mogelijk is 1 keer maand op dinsdagavond iets anders te doen, v.b. Zeeland of Maffle. Wordt vervolgd.

8. Varia

Zwembadblackouts komen spijtig genoeg toch wel meer en meer voor tijdens onze zwembadtrainingen! Een belangrijke oorzaak is een TE lange/intense hyperventilatie met als gevolg een te laag niveau aan CO₂ en een te lang uitgestelde ademprikkel. In de toekomst moet meer de nadruk gelegd worden op de risico's die hieraan verbonden. De U.S. Navy Diving Manual v.b. raadt aan om de hyperventilatie te beperken tot MAX(!) 3-4 diepe uit- en inademen. Op onze website zijn in de rubriek “ZoMoetHet” onder de topic “hyperventileren” enkele links voorzien met meer info i.v.m. de risico's van hyperventilatie (i.c. “shallow water blackout”) en een optimale apnea-techniek (het komt er op neer dat je eerst eens probeert hoelang je moet hyperventileren totdat je tintelingen en duizeligheid begint te voelen, en die tijd deel je door 3 en dat is dan je optimale en ook maximale hyperventilatie-tijd).

Een mail hierrond wordt rondgestuurd en aan de lesgevers zal worden gevraagd de nodige aandacht te besteden aan het beperken van de hyperventilatie.