



## Check de Stek (2\*D)

*Vaardigheid type A: Deze vaardigheid wordt in algemene termen beschreven. Dat komt omdat de uitvoering ervan sterk afhankelijk is van bijvoorbeeld je uitrusting en je lichamelijke mogelijkheden. Ook de locatie waar de vaardigheid geoefend wordt kan de uitvoering beïnvloeden. Voor deze vaardigheden geven we enkel een globale beschrijving en suggesties voor de technische uitvoering en procedures die je kunt volgen.*

### Inleiding

Het invullen en interpreteren van een Check de Stek heb je in je 1\*-duikopleiding al geleerd. Nu komt er iets bij: via je checklist Check de Stek kan jij beoordelen of je je duikplan en / of de instellingen van je duikcomputer moet aanpassen op basis van de specifieke omstandigheden van de gekozen duikstek.

Met deze vaardigheid waarborg je je eigen veiligheid en die van je buddy.

### Uitvoering

- Jij zorgt ervoor dat je beschikt over een checklist Check de Stek langs de waterkant
- Jij beoordeelt of je op basis van de specifieke omstandigheden van deze duikstek op dit moment je duikplan en / of de instellingen van je duikcomputer moet aanpassen
- Jij komt na het invullen van de checklist Check de Stek in overleg met je buddy tot een beargumenteerde go/no go-beslissing. Daarbij staan veiligheid en duikplezier voorop.

### Hier gaat je instructeur op letten

- Het invullen van de checklist vereist een goede waarneming en beoordeling van de actuele omstandigheden. Kijk dus goed hoe de situatie bij de duikplaats is.

### Aandachtspunten voor de instructeur/vaak voorkomende fouten

- **De cursist onderschat de omstandigheden van de duikplaats**, waardoor er een verhoogd risico is op een probleem of ongeval tijdens de duik. De golfslag kan bijvoorbeeld vanaf de kant lager worden ingeschat dan dat deze in werkelijkheid is.

[Terug naar de inhoudsopgave](#)