

Za
varno
potapljanje

Slovenska potapljaška zveza
CMAS - PRAPOS



**CMAS-PRAPOS, pravilnik CMAS
potapljačev Slovenije,**

osma izdaja



APRIL 2024



CMAS-PRAPOS je v skladu z mednarodnimi pravili svetovne
potapljaške zveze CMAS*

Avtorji 8.izdaje: Igor URH in sodelavca Boris VUGA ter Borut BLAŽINA

Pregledala: prof. dr. Mitja SLAVINEC in Goran KLEMENČIČ

Lektorica: prof. dr. Mihaela KOLETNIK

Izdajatelj: Slovenska potapljaška zveza, zanjo prof. dr. Mitja SLAVINEC

Ljubljana, april 2024

CIP - Kataložni zapis o publikaciji
Univerzitetna knjižnica Maribor

797.215(062.13)

URH, Igor

CMAS-PRAPOS : pravilnik CMAS potapljačev

Slovenije / Igor Urh, Boris Vuga. - 8. izd. -

Ljubljana : Slovenska potapljaška zveza, 2024. -

(Za varno potapljanje)

1. Vuga, Boris

COBISS.SI-ID 77098497

* *Confédération Mondiale des Activités Subaquatiques*, svetovno podvodno združenje



SPREMNA BESEDA K OSMI IZDAJI	5
SPLOŠNAPRAVILA.....	6
CMAS-OVMEDNARODNIPOTAPLJAŠKIKODEKS.....	8
ZAHTEVEINPROFILIOTROŠKIHPOTAPLJAŠKIHKATEGORIJ.....	10
2.1 CMAS OTROŠKI POTAPLJAČ – MORSKI KONJIČEK	10
2.2 CMAS OTROŠKI POTAPLJAČ – BRONASTI DELFIN	10
2.4 CMAS OTROŠKI POTAPLJAČ – SREBRNI DELFIN	10
2.7 CMAS OTROŠKI POTAPLJAČ – ZLATI DELFIN	10
ZAHTEVEINPROFILIPOTAPLJAŠKIHKATEGORIJ.....	12
3.1 CMAS POTAPLJAČ PRIPRAVNIK (P0)	12
3.2 CMAS POTAPLJAČ ☆ (P1)	12
3.3 CMAS POTAPLJAČ ☆☆ (P2)	12
3.4 CMAS POTAPLJAČ ☆☆☆ (P3)	13
3.5 CMAS POTAPLJAČ ☆☆☆☆ (P4)	13
ZAHTEVEINPROFILINIŠTRUKTORSKIHKATEGORIJ.....	14
4.1 CMAS INŠTRUKTOR ☆ (M1)	14
4.2 CMAS INŠTRUKTOR ☆☆ (M2)	14
4.3 CMAS INŠTRUKTOR ☆☆☆ (M3)	15
4.4 PODROČJADELOVANJAINŠTRUKTORJEVPOTAPLJANJA.....	15
4.5 POGOJIZASTATUSUČEČEGAINŠTRUKTORJA (LICENCA).....	15
4.6 POGOJIZASTATUSUČEČEGAINŠTRUKTORJAZAOTROŠKOPOTAPLJANJE (LICENCA).....	16
4.7 NEUČEČIINŠTRUKTOR.....	16
4.8 ASISTENTINŠTRUKTORJA	16
4.9 PRIDOBITEVINPOTRJEVANJELICENCE.....	16
4.10 PRENEHANJELICENCE.....	16
4.11 ODVZEMCMASINŠTRUKTORSKE LICENCE.....	16



TIP IZPRAŠEVANJA NA TEČAJIH ZA POSAMEZNE POTAPLJAŠKE KATEGORIJE	17
STANDARDIZAPRAKTIČNIDELTEČAJA	18
6.1 STANDARDIPLAVANJA ZAPOTAPLJAČE (PLAVANJEBREZABC OPREME).....	18
6.2 STANDARDI ZA DIHANJE NA DIHALKO V SKUPINIS SCUBA OPREMO	18
6.3 STANDARDI ZA VAJE REŠEVANJA Z ABC OPREMO ALI S SCUBA OPREMO	19
UČNI PROGRAM ZA OTROŠKO POTAPLJANJE	20
UČNI PROGRAM ZA POTAPLJAŠKE KATEGORIJE	20
8.1 UČNI PROGRAM ZA CMAS POTAPLJAČ-PRIPRAVNIK.....	20
8.2 UČNI PROGRAM ZA CMAS POTAPLJAČ P1	21
8.3 UČNI PROGRAM ZA CMAS POTAPLJAČ P2	22
8.4 UČNI PROGRAM ZA CMAS POTAPLJAČ P3	24
NAJVEČJEDOVOLJENE GLOBINE POTAPLJANJA	25
POGOJIZAIZVEDBOTEČAJEV	26
10.1 POGOJIZAIZVEDBOTEČAJEV ZA OTROŠKO POTAPLJANJE.....	26
10.2 POGOJIZAIZVEDBOPOTAPLJAŠKIHTEČAJEV	26
10.2 TEHNIČNAIZVEDBAPOTOPAINPRAKTIČNEGADELA TEČAJA.....	27



SPREMNA BESEDA K OSMI IZDAJI

Prva izdaja PRAPOS-a je bila izdelana februarja leta 1991, kot osnovni potapljaški pravilnik Slovenske Potapljaške Zveze. Preveden v angleščino je bil posredovan mednarodni potapljaški organizaciji CMAS v potrditev. S tem je bil izpolnjen tudi eden od pogojev za polnopravno včlanitev Slovenske Potapljaške Zveze, kot nacionalne predstavnice Republike Slovenije v CMAS. Prva izdaja je bila izdelana na podlagi tedanjih CMASovih standardov in priporočil ter predhodnega Pravilnika potapljačev Slovenije, ki pa je zaradi tedanje organiziranosti potapljaškega delovanja znotraj takratne Jugoslovanske potapljaške zveze bil prilagojen skupnemu pravilniku PROLAR (Pravilo ronjenja).

Druga dopolnjena izdaja PRAPOS-a je izšla oktobra 2001. Vanjo so bila vključena poglavja, ki so pokrivala nazive kategorij in pogoje na področju potapljanja otrok do 14. leta starosti. V celoti so bili upoštevana nova priporočila mednarodne organizacije CMAS ter teoretične in praktične izkušnje, pridobljene na mednarodnem seminarju v Belgiji, v organizaciji CMAS, namenjenemu poučevanju potapljanja otrok na nivoju nacionalnih potapljaških zvez.

Tretja dopolnjena izdaja PRAPOS-a je izšla oktobra 2002. Ključni vzrok za tretjo izdajo je bila formalna sprememba naziva pravilnika v CMAS-PRAPOS. S širjenjem različnih potapljaških šol s svojimi učnimi programi in svojimi nazivi posameznih potapljaških kategorij tudi na teritoriju Republike Slovenije, smo le tem ponudili odkrilje za njihovo organizirano, formalno in samostojno delovanje znotraj Komiteja za izobraževanje. S tretjo izdajo, tokrat CMAS-PRAPOS-a smo v Slovenski potapljaški zvezi poudarili željo in potrebo za aktivno vključevanje slovenskih inštruktorjev potapljanja iz drugih mednarodnih šol za pripravo pravil v slovenščini za posamezne mednarodne šole, na drugi strani pa postaviti osnove za skupno izdelavo minimalnih skupnih pravil varnega potapljanja vseh potapljačev Slovenije, ne glede na pripadnost katerikoli mednarodno priznani šoli potapljanja. CMAS-PRAPOS je tako postal pravilnik, ki je obvezen le za potapljače mednarodne šole CMAS.

Četrta dopolnjena izdaja CMAS PRAPOS-a je bila zaključena v aprilu 2005. V njej so ob upoštevanju pravil in priporočil CMAS dodane nekatere praktične izkušnje naših inštruktorjev, izhajajoč iz specifike našega morja, tako pri izvedbi tečajev P3, kot pri zagotavljanju varnega spremstva nižje kategorikov, kandidatov za pridobitev višje kategorije, pri potapljanju do mejnih dovoljenih globin.

Peta dopolnjena izdaja CMAS PRAPOS-a je bila zaključena v aprilu 2009. V njej so upoštewane spremembe, ki so nastale s spremembo sistema šolanja inštruktorjev M1. V skladu z realnim stanjem pri šolanju inštruktorjev so popravljeni tudi pogoji za pridobitev naziva M3 ter sestava inštruktorskih izpitnih komisij. Spremenjeni so tudi pogoji za pridobitev licence v primeru ne učečega inštruktorja in pogoji za pridobitev naziva potapljač P3 kjer je dodan tečaj DAN O2 Provider. Tečaji potapljaških specialnosti, ki so bili za P3 do sedaj neobvezni, so postali obvezni. Certifikat za voditelja čolna je za vse kategorije priporočljiv, ni pa obvezen.

Šesta izdaja CMAS PRAPOS-a je izšla januarja 2012. V njej so zajete spremembe, ki so med drugim odraz dejanskega poteka izpita CMAS P3 (člen 10.2.4), ter sprememba, ki zagotavlja večjo varnost potapljačev - obvezna uporaba alternativnega izvora zraka (člen 2.3.). Program poučevanja praktičnih vaj na tečajih CMAS P2 je dopolnjen z vajami uporabe Potapljaške varnostne označevalne boje ("klobasa") (točka 8.3 / 2A8).

Sedma izdaja CMAS PRAPOS-a je izšla januarja 2014. V njej so spremenjeni pogoji za pristop na tečaj za CMAS potapljača P3 (člen 3.4., stran 13). Kot pogoj je dodan končan tečaj za CMAS Nitroks potapljača. Vzrok za to spremembo je v vse večji razširjenosti potapljanja z nitroks mešanicami, ki ob pravilni uporabi predstavljajo večjo varnost za potapljača.

Osma izdaja CMAS PRAPOS-a je izšla aprila 2024. V njej so bolj pregledno zapisane največje dovoljene globine in pogoji za začetek k nadaljevalnim potapljaškim tečajem.

CMAS Komisija za izobraževanje pri SPZ
Igor Urh in Borut Blažina
V Ljubljani, april 2024



SPLOŠNA PRAVILA

1. CMAS-PRAPOS-ov učni in izobraževalni program je v skladu s pravili CMAS-a in je namenjen rekreacijskemu potapljanju z avtonomno potapljaško opremo.
2. Kot rekreacijsko potapljanje je mišljena aktivnost v prostem času z nizko stopnjo stresa brez tekmovalnih komponent.
3. Potapljaške kategorije:

naзив	nivo
CMAS potapljač pripravnik (P0)	začetni (bazen ali polzaprt akvatorij)
CMAS potapljač ☆ (P1)	osnovni (odprto morje)
CMAS potapljač ☆☆ (P2)	napredni (odprto morje)
CMAS potapljač ☆☆☆ (P3)	vodilni (odprto morje)
CMAS potapljač ☆☆☆☆ (P4)	mojstrski, asistent inštruktorja
CMAS inštruktor ☆ (M1)	osnovni, klubski inštruktor
CMAS inštruktor ☆☆ (M2)	napredni, regionalni inštruktor
CMAS inštruktor ☆☆☆ (M3)	vodilni, nacionalni inštruktor

4. Otroške potapljaške kategorije so:

CMAS otroški potapljač	nivo
Morski konjiček	Prvi otrokov potop
Bronasti delfin	Začetni otroški nivo
Srebrni delfin	Napredni otroški nivo
Zlati delfin	Najvišji otroški nivo

5. Glavni cilj programa je, da nudi ustrezno vadbeno shemo na vseh nivojih in vseskozi zagotavlja najboljšo možno varnost potapljačev.
6. Stresne situacije je treba zmanjšati na najmanjšo možno mero posebno pri začetnih potapljaških kategorijah.
7. CMAS-PRAPOS prepoveduje potapljanje v posebnih pogojih brez predhodnega izobraževanja na specializiranih tečajih in ustreznega treninga.
8. CMAS-PRAPOS **ne odobrava**:
 - prekomernega potapljanja znotraj varnostne krivulje to je:
 - o za P1 **ne več kot 2 potopa v 24 urah**
 - o za ostale kategorije **ne več kot 3 potope v 24 urah**, serije potopov globlje od 30 m (v takem primeru je potreben 24-urni odmor po četrtem dnevu serije potopov). Skupni dekompresijski čas v enem dnevu **naj ne presega 20 min.**
 - potapljaških vaj, ki zahtevajo dekompresijske postanke, daljše kot 1 minuto na 6 m za potapljaške kategorije P3 in 5 minut na 3 m za potapljaške kategorije P2. Pri kategoriji P1 morajo biti vse vaje in potopi opravljeni v mejah varnostne krivulje,
 - hitrega prostega dviga (simuliranje reševanja v sili) s popolnoma napihnjnim kompenzatorjem plavnosti iz globin, večjih od 30 m, do površine ali blizu nje. Postanek mora biti na globini med 6 m in 3 m; vse vaje s SCUBA opremo, pri katerih pride do



- hitrejšega dviga kot 10 m/min, morajo biti izvajane na začetku potopa in se jih ne sme ponavljati več kot dvakrat, če je globina večja od 15 m,
- uporabe drugih plinskih mešanic poleg komprimiranega zraka brez predhodnega usposabljanja na posebnih tečajih.
9. Med posameznimi potapljaškimi kategorijami ni časovnega limita (razen v primeru P4 in inštruktorskih kategorij). Merilo za pristop k nadaljevalnemu tečaju so le potapljaška izkušnost in aktivnost.
 10. Pri praktičnih vajah dihanja v paru in dihanja na alternativni izvor zraka (AIZ) mora par imeti na razpolago vsaj še en AIZ .
 11. CMAS-PRAPOS ne dovoljuje izvedbe kakršnihkoli reševalnih vaj ali preverb brez uporabe kompenzatorja plovnosti kot pripomočka pri dvigovanju ponesrečenca iz vode.
 12. Za vse potapljače je obvezna uporaba primarnega hidrostatskega regulatorja in octopus regulatorja, ali pa dveh primarnih hidrostatskih regulatorjev. Za potapljanje v hladni vodi in za jamsko potapljanje sta obvezna dva kompletna hidrostatska regulatorja.
 13. Za inštruktorje je v času učenja obvezna uporaba vsaj dveh regulatorjev druge stopnje. Inštruktor na otroškem tečaju mora imeti vsaj eden otroški ustnik. Neupoštevanje tega pravila je znak malomarnosti in je izven meja varnosti.
 14. Pred začetkom praktičnega dela potapljaškega tečaja morajo vsi tečajniki izpolniti Izjavo o zdravstvenem stanju predpisano s strani zdravniške komisije pri SPZ s katero jamčijo, da nimajo obolenj, ki niso združljiva s SCUBA potapljanjem. Inštruktorjem se priporoča, da tečajniki podpišejo tudi izjavo, da se potaplja na lastno odgovornost. Zdravniška komisija ob tem zelo priporoča, da tečajniki opravijo tudi ustrezen zdravniški pregled. To priporočilo velja pri vseh tečajih za vse nivoje brez izjeme. Inštruktor lahko napoti tečajnika na zdravniški pregled, ne glede na izpolnjeno in podpisano izjavo o njegovem zdravstvenem stanju.
 15. Vaje in preverjanje plavanja in plavanja s SCUBA opremo po površini morajo biti v sklopu potapljaških tečajev izvajane v skladu s CMAS standardi za posamezne potapljaške in inštruktorske kategorije.
 16. Razmerje med tečajniki in inštruktorji pri vajah v vodi ne sme prekoračiti razmerja 8:1 v idealnih pogojih z odlično vidljivostjo, 4:1 pa v povprečnih pogojih. Glede na lokalne pogoje je to razmerje lahko tudi manjše. Nekatere vaje zahtevajo razmerje 1:1 v vseh pogojih (npr. dihanje v paru, reševanje).
 17. Samo aktivni inštruktorji potapljanja (licencirani) so pooblaščen, da organizirajo tečaje in izpite ali izdajajo diplome za potapljaške kategorije ali za potapljaške specialnosti.
 18. Vsi licencirani inštruktorji morajo imeti profesionalno zavarovanje proti odgovornosti.



CMAS-OV MEDNARODNI POTAPLJAŠKI KODEKS

Pri skupnem potapljanju potapljačev različnih narodnosti ali iz različnih sistemov šolanja lahko pride do nesreče zaradi nesporazumov. Namen kodeksa je izboljšanje sporazumevanja med potapljanjem in povečevanje varnosti ter s tem zmanjšanje tveganja zaradi neznanja oziroma nesporazumov. Osvojitve tega kodeksa še posebno priporočamo potapljačem, ki se nameravajo potapljati v tujini ali s potapljači iz drugih držav.

2.1 Potapljaški znaki

Vsi potapljači morajo poznati CMAS-ove obvezne potapljaške znake in jih uporabljati med vsemi potapljaškimi aktivnostmi. Vsak dodatni (nestandardni) znak moramo nujno razložiti vsem članom potapljaške skupine. Vsi znaki zahtevajo natančen odgovor ali potrditev razumevanja.

2.2 Uporaba suhe obleke

Potapljači, ki uporabljajo suho obleko, morajo poskrbeti, da ostali člani potapljaške skupine obvladajo polnjenje in praznjenje suhe obleke in ostale postopke, ki se nanašajo na ta del opreme.

2.3 Postopek dviga v sili

Ko potapljač pokaže znak »nimam zraka« in ni na razpolago dodatnega izvora zraka, najbližji potapljač ponudi svojo drugo stopnjo hidrostatskega regulatorja. Potapljača se tesno primeta za opremo in dihata v paru s frekvenco dveh do treh vdihov na menjava. Po vzpostavitvi stabilnega dihanja se potapljača med dihanjem v paru dvigneta z največjo dopustno hitrostjo in če razmere dopuščajo opravita vsaj dva krat daljši varnostni dekompresijski postanek kot običajno. Izmenjava hidrostatskih regulatorjev (dihanje v paru) se konča šele na površini.

Če potapljač v stiski ni zmožen kontrolirati dviga, mu potapljač pomaga z napihovanjem kompenzatorja plovnosti (svojega pusti praznega ali ga napihne v manjši meri kot reševančevega!). V primeru, da reševanec nima zraka, se mu kompenzator napihuje z usti preko inflatorja. Hitrost dviga kontrolira z napihovanjem kompenzatorja plovnosti potapljača v stiski.

2.4 Sistem potapljanja v paru

Potapljamo se zmeraj v paru (skupina lahko šteje tudi več kot dva potapljača). Določi se vodja skupine ali para. Ta potem kontrolira potek celotnega potopa. V potapljaškem paru ali skupini je vsak posameznik odgovoren za varnost sebe in drugih potapljačev.

Število članov v potapljaški skupini se lahko poveča do stopnje, ki odgovarja potapljaški kategoriji ter izkušeni vodje, oz. pri kateri še lahko glede ne dano vidljivost nadzoruje skupino. Znotraj skupine se tedaj formirajo pari, vodja pa je brez para, če je število članov neparno.

2.5 Postopki pri potapljanju iz čolna

Preden potapljači zapustijo potapljaški čoln, morajo vsi biti seznanjeni s postopkom vrnitve in vstopom na čoln.

Za preprečitev nesreče je treba zagotoviti pomoč iz čolna, ki mora biti ooremljen s kompletom za nudenje prve pomoči s kisikom. Znaki za pomoč morajo biti jasni in predhodno dogovorjeni. Če potapljač na kakršenkoli način krili z rokami ali ne odgovarja na dane signale, takoj začnemo z



reševanjem. Na čolnu mora vedno ostati član ekipe, ki je sposoben z njim upravljati. Če je potapljaški par le en se lahko s čolna potaplja le, če so vremenski pogoji dovolj ugodni in stabilni. Plovilo mora biti pred potopom maksimalno zavarovano. Odpraviti moramo možnosti, da med potopom popusti sidro.

2.6 Zaključek potopa

Pred potopom se člani skupine dogovorijo o dolžini potopa. To je običajno časovna omejitev (glede na dekompresijo), pritisk v jeklenki, ali pa katerikoli drug predvidljiv razlog. Če se eden od članov potapljaškega para slabo počuti oba potapljača zaključita potop.

Če se potapljača iz dvojice ločita, se lahko iščeta v neposredni bližini največ eno minuto. Po preteku tega časa morata oba izplavati na površino in tam vzpostaviti stik. Vodja potopa nato odloči o prekinitvi ali nadaljevanju potopa. Pri vsaki prekinitvi potopa zaradi težav moramo upoštevati izvajanje morebitnih dekompresijskih postankov.

2.7 Vremenski pogoji

Poznavanje vremenskih razmer na danem področju je eden od pogojev, ki omogoča varen potop. Pred potopom moramo vedeti: kakšna je temperatura vode, da se lahko preventivno zaščitimo, kje so tokovi in kako močni so, kakšna flora in favna je na mestu potopa, kje so vodne votline. Če se potapljamo v votline, moramo obvezno imeti ustrezno opremo in usposobljenost (tečaj potapljaške specialnosti).

2.8 Zakonski predpisi

Pred potopom se pri pristojnih organih pozanimajte o državnih zakonih in lokalnih predpisih v zvezi s potapljanjem, o morebitnih dovoljenjih, taksah, prepovedanih področjih, prepovedi fotografiranja ali snemanja, podvodnem ribolovu.

PREVENTIVA

Pred potopom na neznanem terenu ugotovimo možnost transporta v primeru nesreče ali hitrega umika z mesta potopa.

NE POTAPLJAJ SE, ČE:

- si tega ne želiš,
- se ne počutiš dobro,
- čutiš nenavadno utrujenost,
- imaš probleme z ušesi (glej barotravma),
- čutiš nenavaden občutek na koži (ščemenje, srbenje, zbadanje),
- imaš bolečine v sklepih in/ali v prsnem košu,
- imaš vnetje grla,
- imaš kako infekcijsko bolezen,
- si pod vplivom alkohola,
- si pod vplivom zdravil, ki zmanjšujejo varnost potapljanja,
- si nenaspan,
- nameravaš leteti z letalom v naslednjih 12 urah.



ZAHTEVE IN PROFILI OTROŠKIH POTAPLJAŠKIH KATEGORIJ

2. 1 CMAS otroški potapljač – Morski konjiček

Pogoji:

- Starost: najmanj 8 let,
- soglasje staršev - skrbnikov,
- izjava o zdravstveni zmožnosti za potapljanje, podpišejo starši ali skrbniki kandidata.

Otrok je od licenciranega inštruktorja otroškega potapljanja prejel le osnovna začetna znanja potapljanja, tako da z njim lahko opravi prvi informativni potop do globine 3 m (obvezno v prisotnosti inštruktorja).

2. 2 CMAS otroški potapljač – Bronasti delfin

Pogoji:

- Starost: najmanj 8 let,
- soglasje staršev - skrbnikov,
- izjava o zdravstveni zmožnosti za potapljanje, podpišejo starši ali skrbniki kandidata.

CMAS otroški potapljač *Bronasti delfin* zna uporabljati ABC opremo, sposoben je dihati na regulator, sposoben je vzeti ustnik iz ust pod vodo ter ga vrniti v usta. Pozna in prepozna nekaj osnovnih potapljaških znakov z roko. Potaplja se lahko globine 5 m, obvezno v prisotnosti inštruktorja.

2. 3 CMAS otroški potapljač – Srebrni delfin

Pogoji:

- Starost najmanj 9 let,
- CMAS otroški potapljač – bronasti delfin,
- soglasje staršev - skrbnikov,
- izjava o zdravstveni zmožnosti za potapljanje, podpišejo starši ali skrbniki kandidata,
- skupaj narejenih vsaj 5 potopov.

CMAS otroški potapljač *Srebrni delfin* v celoti obvladuje in zna uporabljati vse dele osnovne avtonomne potapljaške opreme. V skupini ne bega temveč zna obvladovati in obdržati svoj položaj glede na druge otroke sopotapljače. Prepozna nekaj osnovnih morskih živali in rastlin. Največja dovoljena globina potapljanja je 8 m, v spremstvu izkušenega odraslega potapljača s kategorijo najmanj P2. Na dihalni aparat mora biti pritrjena signalna boja, na vrvici dolžine 8 m, ki preprečuje otroku globlji potop.

2. 4 CMAS otroški potapljač – Zlati delfin

Pogoji:

- Starost najmanj 10 let,
- CMAS otroški potapljač,
- soglasje staršev - skrbnikov,
- izjava o zdravstveni zmožnosti za potapljanje, podpišejo starši ali skrbniki kandidata,
- skupaj narejenih vsaj 10 potopov.

Zlati delfin obvlada vse elemente znanja, ki jih je pridobil skozi predhodne tečaje. Dobro pozna in obvladuje celotno potapljaško opremo, ki jo uporablja pri potapljanju. Zna komunicirati z

Za
varno
potapljanje

Slovenska potapljaška zveza
CMAS - PRAPOS



okolico in je pozoren na dogajanje okoli sebe, pomaga svojim sopotapljačem tako na suhem, kot v vodi. V spremstvu polnoletnega izkušenega potapljača CMAS P2 se lahko potaplja glede na svojo starost do globine 12 m.



ZAHTEVE IN PROFILI POTAPLJAŠKIH KATEGORIJ

3. 1 CMAS potapljač pripravnik (P0)

Pogoji:

- starost: najmanj 14 let,
- znanje plavanja: vsaj 100 m,
- izjava o zdravstveni zmožnosti za potapljanje,
- izjava o odgovornosti, podpisana s strani staršev ali skrbnikov za mladoletne.

Potapljač pripravnik je začetni potapljaški nivo in je le delno izšolan potapljač. Seznanjen je s potapljaško tehniko in teorijo v obsegu, ki mu omogoča, da se varno potaplja v spremstvu potapljača P2 oz. potapljača P3 do globine 5 m v bazenu in v spremstvu potapljača P4 ali inštruktorja do globine 10 m v polzaprtem akvatoriju pod idealnimi pogoji. Število potopov je omejeno na enega dnevno.

3. 2 CMAS potapljač ☆ (P1)

Pogoji:

- starost: najmanj 14 let,
- znanje plavanja: vsaj 200 m,
- izjava o zdravstveni zmožnosti za potapljanje,
- izjava o odgovornosti, podpisana od staršev ali skrbnikov za mladoletne.

Potapljač P1 je popolnoma izšolan potapljač za odprte vode z osnovnim znanjem in sposobnostmi za varno potapljanje z drugim izkušenim potapljačem P1 v plitvi vodi do maksimalne globine 10 m. Število potopov je omejeno na dva dnevno.

Praktični del tečaja mora zajemati poleg začetnih najmanj 2 do 3 potope v bazenu še vsaj 4 potope v odprti vodi, pri čemer čas potopa ne sme biti krajši od 20 minut. Število potopov je omejeno na dva dnevno. Potopi v bazenu se lahko nadomestijo s potopi v polzaprtem akvatoriju pod idealnimi pogoji. Število potopov v odprti vodi se lahko zmanjša na 3 v primeru težjih pogojev potapljanja (slabša vidljivost, valovi).

3. 3 CMAS potapljač ☆☆ (P2)

Pogoji:

- starost: najmanj 15 let,
- potapljaške izkušnje: CMAS potapljač P1 ali ekvivalentno, najmanj 20 potopov, (za pristop k tečaju najmanj 10 potopov), od katerih jih mora biti 5 globlje od 10 m,
- izjava o zdravstveni zmožnosti za potapljanje,
- izjava o odgovornosti, podpisana od staršev ali skrbnikov za mladoletne.

Potapljač P2 je popolnoma izšolan potapljač za odprte vode z naprednim znanjem in sposobnostmi za varno potapljanje, ki zna pod vodo pomagati drugemu potapljaču se lahko s potapljačem P1 do največ 15 m v dobrih pogojih, do 25 m z drugim izkušenim potapljačem P2, do 30 m s potapljačem P3, z izkušenim potapljačem P3 do 35 m ter do 40 m s potapljačem P4 ali SCUBA inštruktorjem. V sklopu tečaja opravi vsaj dva izmed tečajev potapljaških specialnosti (kompresorist, Nitrox potapljač, podvodna navigacija, nočno potapljanje, prve pomoči s kisikom, globinski potapljač, itd.).



3. 4 CMAS potapljač ☆☆☆ (P3)

Pogoji:

- starost: vsaj 18 let,
- potapljaške izkušnje: CMAS potapljač P2 ali ekvivalentno, najmanj 40 potopov od pridobitve diplome CMAS potapljač P2 od katerih mora biti 20 globlje od 30m,
- izjava o zdravstveni zmožnosti za potapljanje,
- opravljena specialna tečaja, potapljač reševalec in CMAS Nitroks potapljač, ki se lahko opravljata v sklopu tečaja CMAS P3,
- priporoča se tečaj specialnosti »Prva pomoč in temeljni postopki oživljanja«,
- specialni tečaj prve pomoči s kisikom.

Potapljač P3 je popolnoma izšolan potapljač za odprte vode z vrhunskim znanjem in sposobnostmi za varno potapljanje, ki zna organizirati in voditi potapljanje skupine potapljačev. Lahko je asistent na tečajih za P1 in P2.

3. 5 CMAS potapljač ☆☆☆☆ (P4)

Pogoji:

- starost: najmanj 19 let,
- potapljaške izkušnje: potapljač P3 ali ekvivalentno vsaj dve leti, najmanj 100 potopov kot potapljač P3 v različnih vodah in pogojih,
- član SPZ vsaj 5 let, član istega kluba vsaj 3 zaporedna leta,
- izjava o zdravstveni zmožnosti za potapljanje,
- pisni predlog matičnega kluba za podelitev naziva P4.

Potapljač P4 je častna potapljaška kategorija, ki se na predlog inštruktorja in društva podeli potapljaču P3 na osnovi njegovih zaslug za potapljaško skupnost znotraj matičnega društva ali širše.



ZAHTEVE IN PROFILI INŠTRUKTORSKIH KATEGORIJ

4. 1 CMAS inštruktor ☆ (M1)

Pogoji:

- starost: najmanj 19 let,
- minimalna formalna izobrazba: zaključena srednja poklicna šola (3 do 4 letna)
- potapljaške izkušnje: vsaj 150 potov od pridobitve kategorije CMAS P3,
- izjava o zdravstveni zmožnosti za potapljanje,
- član SPZ najmanj dve zadnji zaporedni leti,
- končan tečaj »Prva pomoč in temeljni postopki oživljanja«,
- opravljen tečaj reanimacije s kisikom, potrdilo ne sme biti starejše od 3. let,
- opravljen tečaj potapljaške specialnosti Nitroks potapljač ☆ (osnovni),
- delovanje kot asistent na tečajih za potapljača P1 in P2 pod nadzorstvom inštruktorja.

Kandidat lahko pristopi k zaključnemu izpitu brez predhodne prisotnosti na praktičnem in teoretičnem delu tečaja. Teoretični del Izpita za inštruktorja M1 se opravi pred najmanj tričlansko CMAS izpitno komisijo SPZ v minimalni sestavi en član M3 (Inštruktor trener – izpraševalec) in dva člana vsaj M2. Kandidat mora obvladati celotno teorijo potapljanja in predstaviti predhodno pripravljeno temo za nivo P1 (kandidatu se sedem dni pred izpitnim rokom dodelijo naslovi treh tem od katerih eno predstavi na izpitu).

Praktični del izpita ocenjuje Inštruktor M3 (Inštruktor trener – izpraševalec), ki mu lahko asistira do dva inštruktorja M2. Kandidat mora v vodi prikazati popolno obvladovanje učnega programa CMAS-PRAPOS za potapljača P1, potapljača P2 in potapljača P3. Praktični del izpita se opravlja v bazenu minimalne globine 3 m in v morju na globini od 15 do 20 m.

4. 2 CMAS inštruktor ☆☆ (M2)

Pogoji:

- starost: najmanj 20 let,
- minimalna formalna izobrazba: zaključena srednja strokovna šola (V. stopnja),
- potapljaške izkušnje: CMAS inštruktor M1 vsaj eno leto, 150 potopov kot inštruktor M1,
- izjava o zdravstveni zmožnosti za potapljanje,
- član SPZ najmanj dve zadnji zaporedni leti,
- končan tečaj »Prva pomoč in temeljni postopki oživljanja«,
- opravljen tečaj reanimacije s kisikom, potrdilo ne sme biti starejše od 3. let,
- opravljen tečaj potapljaške specialnosti Nitroks potapljač ☆ (osnovni),
- status učečega inštruktorja M1 (licenca).

Kandidat lahko pristopi k zaključnemu izpitu brez predhodne prisotnosti na praktičnem in teoretičnem delu tečaja.

Izpit se opravlja pred najmanj tričlansko CMAS izpitno komisijo SPZ v minimalni sestavi en član M3 (Inštruktor trener – izpraševalec) in dva člana vsaj M2.



4. 3 CMAS inštruktor ☆☆☆ (M3)

Pogoji:

- starost: vsaj 23 let,
- minimalna formalna izobrazba: zaključena srednja strokovna šola (V. stopnja),
- potapljaške izkušnje: CMAS inštruktor M2 vsaj eno leto, 150 potopov kot inštruktor M2,
- izjava o zdravstveni zmožnosti za potapljanje,
- član SPZ najmanj tri zadnja zaporedna leta,
- končan tečaj »Prva pomoč in temeljni postopki oživljanja«,
- opravljen tečaj reanimacije s kisikom, potrdilo ne sme biti starejše od 3. let,
- opravljen tečaj potapljaške specialnosti Nitroks potapljač ☆ (osnovni),
- status učečega inštruktorja M2 (licenca),
- sodelovanje na izpitih za inštruktorja M1 kot izpraševalec,
- angažiranost na področju izobraževanja potapljačev na nacionalnem nivoju,
- pasivno znanje vsaj enega tujega jezika (angleško, nemško, francosko, italijansko),
- strokovna predavanja na seminarju za inštruktorje SPZ - 2 krat po 45 min,
- dvoje predavanj na seminarju za inštruktorje se lahko nadomesti z dvema predavanjema na tečaju za M1,
- seminarsko delo nacionalnega značaja.

Kandidat lahko pristopi k zaključnemu izpitu brez predhodne prisotnosti na praktičnem in teoretičnem delu tečaja. Izpit se opravlja pred najmanj tričlansko CMAS izpitno komisijo SPZ v minimalni sestavi inštruktorjev M3.

4. 4 Področja delovanja inštruktorjev potapljanja

CMAS inštruktor M1 deluje na nivoju klubskih potapljaških šol kot vodja tečaja za potapljača pripravnika ter za potapljača P1 ali P2. CMAS Inštruktor M2 lahko vodi tečaje za vse potapljaške kategorije in lahko sodeluje na tečajih za CMAS inštruktorje M1. Lahko se vključuje v okviru SPZ v projekte in specialne seminarje regionalnega značaja.

CMAS inštruktor M3 vodi tečaje za vse potapljaške in inštruktorske kategorije in deluje na projektih nacionalnega in mednarodnega značaja.

CMAS inštruktor potrebuje za vodenje potapljaških tečajev in izdajo ustreznih dokumentov licenco Slovenske potapljaške zveze.

4. 5 Pogoji za status učečega inštruktorja (licenca)

- članstvo v SPZ,
- delovanje v okviru tečajev in izven njih kot vzor glede upoštevanja etike in pravil varnega potapljanja,
- zavarovanje poklicne odgovornosti proti tretji osebi,
- izvajanje tečajev v skladu z učnim programom v CMAS-PRAPOS-u,
- upoštevanje splošnih pravil, navedenih v CMAS-PRAPOS-u,
- udeležba na specialnih seminarjih za inštruktorje potapljanja v okviru SPZ,
- vodenje vsaj enega tečaja v roku zadnjih treh let,
- opravljen tečaj reanimacije s kisikom, potrdilo ne sme biti starejše od dveh let.



4. 6 Pogoji za status učečega inštruktorja za otroško potapljanje (licenca)

- licenca za poučevanje avtonomnega potapljanja odraslih oseb,
- izvajanje tečajev v skladu s standardi za CMAS otroško potapljanje pri SPZ,
- delovanje v okviru tečajev in izven njih kot vzor glede upoštevanja etike in pravil varnega potapljanja,
- udeležba na tečaju za inštruktorje otroškega potapljanja v okviru SPZ.

4. 7 Neučeči inštruktor

- je inštruktor, ki ne izpolnjuje enega ali več pogojev za status učečega inštruktorja,
- pogoj za ponovno pridobitev inštruktorske licence je sodelovanje na vsaj enem tečaju za potapljače P1, P2 ali P3 kot asistent inštruktor. Pozitivno pisno mnenje o delu kandidata za licenco je pogoj za njeno pridobitev. Kandidat za licenco mora izpolnjevati tudi ostale pogoje pod točko 4.5.
- pogoj za ponovno pridobitev licence inštruktorja za otroško potapljanje je licenca inštruktorja potapljanja ter sodelovanje na tečajih za otroško potapljanje, kot asistent inštruktorja otroškega potapljanja, plačana letna članarina SPZ in pristopnina SPZ ter izpolnjevanje zahtev pod točko 6.

4. 8 Asistent inštruktorja

- je neučeči inštruktor ali potapljač P3 in P4, ki redno sodeluje na potapljaških tečajih kot asistent učečega inštruktorja.

4. 9 Pridobitev in potrjevanje licence

Inštruktorske licence in licence za otroško potapljanje izdaja in potrjuje CMAS komisija za izobraževanje pri SPZ. Seznam licenciranih inštruktorjev je javno dostopen na spletni strani SPZ. Kandidat, ki uspešno opravi izpit za M1, avtomatsko dobi licenco za eno leto.

Učeči inštruktor potapljanja, ki opravi tečaj za inštruktorje otroškega potapljanja, pridobi status učečega inštruktorja otroškega potapljanja.

4. 10 Prenehanje licence

Inštruktorska licenca avtomatično preneha, če učeči inštruktor potapljanja ni imel nobenega tečaja (minimalno 3 tečajniki skupaj) v obdobju 3 let ali če ne izpolnjuje zahtev za status učečega inštruktorja. Status učečega inštruktorja otroškega potapljanja izgubi ali če ne izpolnjuje pogojev za status učečega inštruktorja otroškega potapljanja.

4. 11 Odvzem CMAS inštruktorske licence

CMAS inštruktorska licenca se odvzame inštruktorju v primeru nespoštovanja CMAS pravil šolanja potapljačev in v primeru ogrožanja življenja tečajnika.

Postopek v primeru odvzema licence:

- inštruktor, ki se mu namerava odvzeti licenco mora biti predhodno poklican na razgovor (obvestilo o razgovoru najmanj 14 dni pred datumom razgovora) pred CMAS komisijo za izobraževanje pri SPZ.
- sklepu in vzroku odvzema licence mora biti inštruktor obveščen pisno. V roku 14 dni od prejete obvestila lahko inštruktor vloži pritožbo na predsedstvo SPZ. Pritožba mora vsebovati razlago in dokaze, ki izpodbijajo sklep o odvzemu licence. Če se inštruktor ne pritoži v predpisanem



roku, je sklep o odvzemu licence veljaven.

- Predsedstvo je dolžno povabiti obravnavanega inštruktorja na svojo sejo zaradi dokončne razjasnitve vzroka odvzema licence.
- Izreče se lahko odvzem licence za dobo 12 ali 24 mesecev v primeru neupoštevanja pravil CMAS PRAPOS-a oz. stalen odvzem v primeru, da inštruktor zaradi neupoštevanja pravil CMAS PRAPOS-a v teku šolanja potapljačev ali izven njega posredno ali neposredno ogroža življenje, zdravje ali varnost potapljačev.
- V času od pričetka postopka proti določenemu inštruktorju do zaključitve postopka, njegova inštruktorska licenca miruje, kar pomeni, da ne more izdajati nobenih uradnih dokumentov.

TIP IZPRAŠEVANJA NA TEČAJIH ZA POSAMEZNE POTAPLJAŠKE KATEGORIJE

Podelitev diplom in kvalifikacij pri otroškem potapljanju ni v smislu rezultata izpita, ampak kot rezultat konstantnega ocenjevanja med tečajem

- CMAS potapljač pripravnik: 100% test.
- CMAS potapljač P1: 80% test, ostalo ustna vprašanja ali drugo*.
- CMAS potapljač P2: 60% test, ostalo ustna vprašanja ali drugo*.
- CMAS potapljač P3: test in ustna vprašanja ali drugo*.
- CMAS potapljač P4: se dodeli ob izpolnjevanje pogojev na predlog inštruktorja in predsednika matičnega kluba.
- CMAS inštruktor: tečaj in izpit se opravlja pred SPZ izpitno komisijo CMAS.

Kandidat za katerokoli potapljaško ali inštruktorsko kategorijo lahko pristopi k zaključnemu preverjanju teoretičnega in praktičnega znanja brez predhodne prisotnosti na praktičnem oz. teoretičnem delu tečaja.



STANDARDI ZA PRAKTIČNI DEL TEČAJA

6. 1 Standardi plavanja za potapljače (plavanje brez ABC opreme)

Kategorija	Lokacija	razdalja m	Najdaljši čas min	ostale zahteve/ opazke
Potapljač P-0	bazen ali polodprt akvatorij	100	3 KO	brez postanka / T
Potapljač P1	bazen ali morje	200	7 NO 6 KO	brez postanka / T
Potapljač P2	morje	200	6 NO 5 KO	brez postanka / T
Potapljač P3	morje	200	6 NO 5 KO	brez postanka / T
Potapljač P4	ni zahtev			
Inštruktor M1	morje	200	6 NO 5 KO	brez postanka
Inštruktor M2/M3	-----	<i>ni zahtev</i>	-----	-----

Legenda: KO – kopalke, NO - neoprenska obleka (mokra), T - testiranje v teku tečaja

6. 2 Standardi za plavanje z dihalko v skupini s SCUBA opremo

Kategorija	lokacija	razdalja	ostale zahteve / opazke
Potapljač P1	bazen ali morje	300 m	brez postanka, skupina skupaj
Potapljač P2	morje	500 m	brez postanka, skupina skupaj
Potapljač P3	morje	800 m	brez postanka, skupina skupaj
Potapljač P4	ni zahtev		
Inštruktor M1	morje	800 m	brez postanka, skupina skupaj
Inštruktor M2	morje	1000 m	brez postanka, skupina skupaj
Inštruktor M3	morje	1200 m	brez postanka, skupina skupaj

Oprema: SCUBA oprema s kompenzatorjem plovnosti; ventili jeklenk odprti, dihanje le na dihalko. Čas mora biti v normalnih mejah (npr. za M1 je max. čas 45 min/800m). Skupina mora ostati skupaj.



6. 3 Standardi za vaje reševanja z ABC opremo ali s SCUBA opremo

a) Reševanje sopotapljača (SCUBA oprema)

Kategorija	tip reševanja	lokacija	globina m	Transport po površini/m	umetno dihanje	reševanje	prva pomoč	CPR	postopek pri nesreči
Potapljač P1	AD	morje	8 - 10	25	ne	da	da	ne	ne
Potapljač P2	RS	morje	20 - 25	30	ne	da	da	ne	ne
Potapljač P3	RS	morje	25 - 30	50	da	da	da	ne	da
Potapljač P4	ni zahtev								
Inštruktor M1	RS	morje	30	50	da	da	da	da	da
Inštruktor M2	RS	morje	30 - 35	50	da	da	da	da	da
Inštruktor M3	RS	morje	35 - 40	50	da	da	da	da	da

AD: asistiran dvig (ponesrečenec pri zavesti)

RS: reševanje v sili (ponesrečenec nezavesten)

CPR: kardiopulmonalna reanimacija (na lutki)

PA: polodprt akvatorij

reševanje: slačenje opreme, reševanje na kopnem oz. plovilu

b) iskanje, dvig in reševanje z ABC opremo

Shema:

- ponesrečenec s SCUBA opremo kliče na pomoč na površini na oddaljenosti 20 do 50m od obale,
- reševalec plava čim hitreje od obale do ponesrečenca,
- malo pred dosegom ponesrečenca se ta čim hitreje potopi na globino 3 do 7 m,
- reševalec se potopi, poišče ponesrečenca, ga prime, uporabi vse dele opreme za dvig ter ga transportira po površini do obale (potapljač P3 in višje: v času transporta opravlja umetno dihanje),
- sleče opremo s ponesrečenca, ga dvigne na kopno in mu nudi prvo pomoč.

Kategorija	lokacija	globina	transport po površini	umetno dihanje	reševanje	prva pomoč	CPR	postopek pri nesreči
Potapljač P1	morje	3 – 5 m	25 m	ne	da	da	ne	ne
Potapljač P2	morje	5 – 6 m	30 m	ne	da	da	ne	ne
Potapljač P3	morje	6 – 7 m	50 m	da	da	da	ne	ne

Pri višjih kategorijah se ne zahteva.



UČNI PROGRAM ZA OTROŠKO POTAPLJANJE

Zaradi drugačnega pristopa, metodologije dela skozi igro na obali in v vodi in ne skozi klasična predavanja, zaradi specifične opreme in mladosti tečajnikov, je učni program za otroške kategorije in za dodatne usposobljenosti, skupaj z ostalimi zahtevami, ki jih moramo pri otroškem potapljanju izpolnjevati, predpisan v ločenem in za to področje obveznem dokumentu "Standardi za otroško potapljanje SPZ po CMAS-u".

UČNI PROGRAM ZA POTAPLJAŠKE KATEGORIJE

8. 1 Učni program za CMAS potapljač-pripravnik

Teoretični del

- OT0. Predstavitve programa tečaja, kluba, SPZ in CMAS
- OT1. Osnovna potapljaška oprema (ABC oprema) tehnika ABC opreme ter potapljaški znaki
- OT2. Avtonomna potapljaška oprema, SCUBA enota in kompenzator plovnosti ter njuna uporaba, ostala oprema
- OT3. Fiziologija potapljanja, nevarnosti in poškodbe zaradi pritiska
- OT4. Teoretični izpit

Trajanje teoretičnega dela tečaja je približno 1 uro.

Praktični del - bazen ali polodprt akvatorij

- OP1. Test plavanja (100 m)
- OP2. Potapljanje z ABC opremo
dihanje s SCUBA na površini (na mestu)
ABC oprema
izenačevanje pritiska
tehnika plavanja
potapljanje z ABC opremo
- OP3. SCUBA potapljanje I
dihanje s SCUBA na površini (na mestu)
plavanje s SCUBA, izmenično dihanje na dihalko in na regulator
potop s SCUBA na 2 do 3 m
potop s SCUBA na 2 do 3 m ter plavanje (vsaj 50 m)
- OP4. SCUBA potapljanje II
potop s SCUBA na 2 do 3 m
praznjenje maske in regulatorja
uporaba kompenzatorja plovnosti
potapljaški znaki

Trajanje praktičnega dela je od 60 do 90 minut.

Praktični del - polodprt akvatorij (ni predpisano po CMAS-u)

- OA1. Potapljanje do globine največ 5 m v trajanju 15 minut
- OA2. Potapljanje s kontroliranjem plovnosti (5 m / 10 m na koncu) in praznjenje maske (brez snemanja)



8. 2 Učni program za CMAS potapljač P1

Teoretični del

- 1T0. Predstavitev programa tečaja
- 1T1. Osnovna potapljaška oprema (ABC oprema)
ABC oprem ter potapljaški znaki
potapljaške obleke
prosto potapljanje
- 1T2. Avtonomna potapljaška oprema I
SCUBA enota in način uporabe
kompenzator plovnosti
potapljaški instrumenti in dodatna oprema
vzdrževanje potapljaške opreme
- 1T3. Fizika I
pritisk
svetloba, zvok
lom svetlobe
plovnost
plinski zakoni (Boyle-Mariottov, Henryjev, Daltonov in Charlesov zakon)
- 1T4. Fiziologija potapljanja I
cirkulatorni sistem
dihanje in izmenjava plinov
hipoksija
izčrpanost in utrujenost
- 1T5. Fiziologija potapljanja II
vpliv pritiska pri potapljanju
nevarnosti in poškodbe zaradi pritiska
toplotna izguba
- 1T6. Potapljaški znaki
- 1T7. Dekompresijska bolezen in potapljaške tablice
brez dekompresijske tablice
potapljaški računalniki
- 1T8. Planiranje potopa
- 1T9. Varnostna pravila in reševanje
varnostna pravila
izbira rešitve
- 1T10. Morje
fizikalne lastnosti morske vode
plimovanje
valovanje
morski tokovi in veter
nevarni morski organizmi
- 1T11. Teoretični izpit

Praktični del - bazen

- 1P0. Test plavanja (200 m)
- 1P1. Potapljanje z ABC opremo I



- ABC oprema
- izenačevanje pritiska
- praznjenje maske
- Potapljanje z ABC opremo II
- metode vstopa v vodo
- pravilno potapljanje z ABC opremo
- praznjenje maske
- 1P2. SCUBA potapljanje I
 - sestavljanje in kontrola SCUBA enote
 - plavanje s SCUBA, dihanje na dihalko
 - dihanje na regulator na površini (na mestu)
 - plavanje s SCUBA, izmenično dihanje na regulator in na dihalko
- 1P3. SCUBA potapljanje II
 - potop s SCUBA na 2 do 3 m
 - potop s SCUBA na 2 do 3 m ter plavanje (minimalno 100 m)
- 1P4. SCUBA potapljanje III
 - praznjenje maske in regulatorja
 - dihanje brez maske na mestu (globina 2 do 3 m)
 - dihanje v paru na mestu in med plavljenjem
 - potapljaški znaki
- 1P5. SCUBA potapljanje IV
 - uporaba kompenzatorja plovnosti (vaja nihala oz. »pivotiranje«)
 - dihanje v paru brez maske
 - dvig brez maske (dihanje na lastni regulator; globina 2 do 3 m)
- 1P6. SCUBA potapljanje V
 - načini vstopa v vodo: vstop s korakom, preval oz. skok na hrbet
- 1P7. Reševanje
 - reševanje z ABC opremo
 - reševanje s SCUBA
 - samoreševanje - prosti dvig (regulator v ustih) - največja globina 3 m

Praktični del - morje

- 1A1. Plavanje v skupini s kompletno potapljaško opremo (dihanje na dihalko), skupina ostane skupaj (300 m)
- 1A2. Potapljanje na 5 m v trajanju vsaj 15 minut
- 1A3. Potapljanje s kontrolo plovnosti - vaje nihala in lebdenja
- 1A4. Potop na globino 5 do 10 m
 - ponovitev potapljaških vaj iz bazena, potapljanje naj se ves čas odvija v paru
- 1A5. Reševanje
 - reševanje z ABC opremo (3 do 5 m)
 - reševanje s SCUBA (10 m)
 - samoreševanje - prosti dvig (regulator v ustih) - največja globina 3 m

8. 3 Učni program za CMAS potapljač P2

Teoretični del

- 2T1. Predstavitev programa tečaja
- 2T2. Zgodovina potapljanja, organiziranost SPZ in CMAS



- 2T3. Teorija prostega potapljanja, potapljaški znaki
- 2T4. Fizika
 - sestava zraka
 - pritisk
 - plinski zakoni (Boyle-Mariottov, Gay-Lussacov, Daltonov, Henryjev zakon)
- 2T5. Ušesa in sinusi
- 2T6. Vpliv pritiska na telo in opremo
- 2T7. Barotravma pljuč
- 2T8. Kompenzator plovnosti
- 2T9. Respiratorni in cirkulatorni sistem
- 2T10. Dekompresija in dekompresijske bolezni
- 2T11. SCUBA oprema
 - hidrostatski regulator
 - potapljaška jeklenka
 - dodatna potapljaška oprema
- 2T12. Potapljaške tablice
 - osnove
 - nedekompresijske tablice
 - dekompresijske tablice
 - varnostni postanek
 - ponovljeni potopi
 - potapljaški računalnik
- 2T13. Kardiopulmonalno oživljanje
- 2T14. Hipotermija
- 2T15. Samoreševanje (primer brez zraka)
- 2T16. Načrtovanje potopa
- 2T17. Hipoksija, anoksija, utapljanje
- 2T18. Morje
 - sestava
 - prehod svetlobe
 - bibavica
 - valovanje

Praktični del - morje

- 2A1. Test plavanja (200m)
- 2A2. Plavanje v skupini s kompletno potapljaško opremo (dihanje na dihalko), skupina ostane skupaj (500 m)
- 2A3. SCUBA potapljanje (15 do 20 m)
 - vstop s korakom (z višine 1 do 2 m)
 - samoreševanje - prosti dvig (regulator v ustih), maksimalna globina 10 m
 - potop na globino 15 do 20 m
 - potapljanje brez maske
 - snemanje in nameščanje SCUBA enote
 - snemanje in nameščanje pasu z utežmi
- 2A4. Reševanje (15 do 20 m) I
 - dihanje v paru na mestu in med plavljanjem



- dihanje v paru brez maske
dihanje v paru med dvigom (prejemnik zraka je brez maske)
- 2A5. Reševanje (15 do 20 m) II
vaje reševanja sopotapljača
- 2A6. Reševanje (6 m) III
reševanje potapljača z ABC opremo
- 2A7. Metode preiskovanja podvodnega terena*
tehnika polmeseca
krožna tehnika
tehnika naključnega iskanja
- 2A8. Uporaba "Potapljaške varnostne označevalne boje" ("klobasa")

*Metode preiskovanja podvodnega terena se obdelajo informativno, ker so del specialnega tečaja "potapljač reševalec".

8. 4 Učni program za CMAS potapljač P3

Teoretični del

- 3T1. Ponovitev fizike
svetloba, zvok
plovnost
Boyle-Mariottov zakon
Daltonov zakon
Charlesov zakon
Henryjev zakon
- 3T2. Ponovitev fiziologije potapljanja
cirkulatorni sistem, srce
dihanje in izmenjava plinov
vpliv povišanega pritiska na potapljača
nevarnosti in poškodbe zaradi pritiska
- 3T3. Ponovitev potapljaških bolezni
zastrupitev s plini
dekompresijske bolezni
identifikacija bolezni po simptomih in prva pomoč
- 3T4. Ponovitev potapljaške opreme
- 3T5. Preiskovanje in reševanje (kratka ponovitev teorije za specialni tečaj "potapljač reševalec")
hitre in učinkovite metode
uporaba skupine
- 3T6. Načrtovanje potopa in organizacija
- 3T7. Teoretični izpit

Praktični del - morje

- 3A1. Test plavanja (200 m)
- 3A2. Potapljanje na dah (12 do 15 m)
- 3A3. Plavanje v skupini s kompletno potapljaško opremo (dihanje na dihalko), skupina ostane skupaj (800 m)
vstop s korakom (višina 2 m)
potop na globino 15 do 20 m* in izvedba vaj:
potapljanje brez maske



- snemanje in nameščanje SCUBA enote
snemanje in nameščanje pasu z utežmi
- 3A4. Reševanje (15 do 20 m)* I
dihanje v paru brez maske med plavanjem
dihanje v paru brez maske med dvigom
- 3A5. Reševanje (7 m) II
reševanje potapljača z ABC opremo
- 3A6. Samoreševanje (25 do 30 m)* III
prosti dvig (regulator v ustih)
dvig s kompenzatorjem plovnosti
dvig z odvrženimi utežmi
- 3A7. Metode preiskovanja podvodnega terena,
tehnika polmeseca ali krožna tehnika,
»U« tehnika
spiralna tehnika
- 3A8. Trening v orientacijskem potapljanju
- 3A9. Trening v globinskem potapljanju (35 do 40 m)

* Globina na kateri se izvajajo vaje 3A3, 3A4 in 3A6 se lahko v primeru slabe vidljivosti (manj kot 5 m) zmanjšajo na 5 m.

Opomba: vaje reševanja, samoreševanja ter preiskave terena so ponovitev nekaterih vaj iz specialnega tečaja "potapljač reševalec".

OPOZORILO:

Vse vaje, pri katerih pride do hitrega dviga (več kot 10 m/min), tj.:

- prosti dvig,
 - dvig z odvrženimi utežmi
- ali vaje, pri katerih bi lahko prišlo do prehitrega dviga, tj.:
- dihanje v paru med dvigom,
 - reševanje ponesrečenca s SCUBA opremo,
- morajo biti izvedene na začetku potopa!

Vaje prostega dviga na tečaju za potapljača P1 in potapljača P2 lahko inštruktor po svoji presoji glede na pogoje dela in sposobnosti tečajnikov izpusti.

NAJVEČJE DOVOLJENE GLOBINE POTAPLJANJA

Največje dovoljene globine za otroško potapljanje v metrih:

Morski konjiček	Bronasti delfin	Srebrni delfin	Zlati delfin
3 m	5 m	8 m	12 m

Število potopov je omejeno na en potop do 30 min v 24 urah urah (zlati delfin, starejši od 12 let 2 potopa v 24. urah). V hladni vodi je dovoljen čas potopa največ 15 min. Nočno potapljanje je primerno samo v idealnih razmerah kategorijo zlati delfin.



Največje dovoljene globine za potapljaške in inštruktorske kategorije v metrih:

kategorija	Pripravnik	P1	P2	P3	P4	inštruktor
globina	10 m	20 m	30 m	40 m	40 m	40 m

Potapljanje z zrakom globlje kot 40 m ni dovoljeno za nobeno zaradi:

- večje verjetnosti nastanka dekompresijske bolezni,
- narkotičnega vpliva dušika,
- večjih težav v primeru nezanesljivega delovanja potapljaške opreme,
- kasnih zdravstvenih posledic pri večjem številu potopov globlje kot 40 m.

Potope, ki odstopajo od pravil za rekreativno potapljanje oz. potapljanje na globine večje od 40 m se smatra za tehnično potapljanje in se morajo izvajati v skladu s priročnikom SPZ za tehnično potapljanje.

POGOJI ZA IZVEDBO TEČAJEV

10. 1 Pogoji za izvedbo tečajev za otroško potapljanje

- Tečaje za otroško potapljanje katerekoli kategorije je možno organizirati samo po pravilih CMAS-PRAPOSA in STANDARDIH ZA OTROŠKO POTAPLJANJE SPZ po CMAS-u
- Tečaj lahko organizira in izvede samo inštruktor z opravljenim tečajem za inštruktorja otroškega potapljanja.
- Organizator tečaja mora kadrovsko in v opremi izpolnjevati pravila STANDARDOV ZA OTROŠKO POTAPLJANJE SPZ
- Izdaja diplom za pridobljeno potapljaško kategorijo je v pristojnosti Komisije za izobraževanje pri SPZ oz. v pristojnosti za to pooblaščen osebe. Dokument se izda samo na podlagi pisnega poročila vodje tečaja.
- Vodja tečaja za SPZ/CMAS otroške potapljaške kategorije in dodatne kvalifikacije je lahko vsak inštruktor potapljanja, ki ima veljavno licenco za inštruktorja otroškega potapljanja. Asistenti na tečaju otroškega potapljanja so lahko polnoletni potapljači s kategorijo P3 ali višjo. Asistenti so lahko tudi polnoletni potapljači s kategorijo P2 z diplomom vaditelja plavanja.

10. 2 Pogoji za izvedbo potapljaških tečajev

1. Tečaje za avtonomne potapljače katere koli kategorije je možno organizirati samo po pravilih CMAS-PRAPOS-a.
2. Tečaj lahko organizira potapljaško društvo, ki ima licenciranega inštruktorja, ali inštruktor z licenco, če kadrovsko in v opremi izpolnjuje pravila CMAS-PRAPOS-a.
3. Največje razmerje tečajnik - inštruktor je odvisno od okolja kjer praktični del tečaja poteka ter od izkušenosti tečajnikov in je sledeč:
 - Otroški potapljač: prvi potop – 1 tečajnik / 1 inštruktor
bronasti delfin – 2 tečajnika / 1 inštruktor
ostale kategorije – 3 tečajniki / 1 inštruktor
 - Potapljač pripravnik: vsi potopi – 2 tečajnika / 1 inštruktor
 - Potapljač P1: vaje v bazenu – 8 tečajnikov / 1 inštruktor
vaje v morju – 6 tečajnikov / 1 inštruktor



Pri povečanju števila tečajnikov je treba zagotoviti asistenta na vsaka dva tečajnika, vendar je možno največ 12 tečajnikov na enega inštruktorja (ob 2 asistentih v bazenu oz. 3 asistentih v morju). Tečaj z večjim številom tečajnikov od 12 zahteva po enega inštruktorja za vsakih nadaljnjih 12 tečajnikov in ustrezno število asistentov.

Pri vidljivosti pod 3 m se število tečajnikov na tečaju za P1 zmanjša na 2 do največ 4 na enega inštruktorja.

Pri kategorijah otroški potapljač (vsi nivoji znanja), potapljač pripravnik in potapljač P1 ne sme biti tečajnik med potopom v nobenem primeru brez nadzora inštruktorja oz. asistenta.

- Tečaj za P3 mora biti prijavljen na SPZ Komisiji za izobraževanje najmanj 7 dni pred začetkom tečaja. Prijava mora vsebovati:
 - naslov društva in ime licenciranega inštruktorja, ki tečaj organizira,
 - datum začetka praktičnega dela tečaja z lokacijo,
 - planirani datum in mesto zaključnega praktičnega dela izpita. Praktični del izpita se lahko izvaja le na področju Republike Slovenije,
 - približno število tečajnikov.

Na osnovi te prijave se predsednik CMAS komisije odloči, ali bo izpitu prisostvoval delegat. V tem primeru določi delegata (član komisije za izobraževanje) in o tem obvesti inštruktorja, ki mora delegatu zagotoviti prisotnost.

- Vodja tečaja za SPZ/CMAS potapljaške kategorije P-0, P1 in P2 je lahko licencirani SPZ/CMAS inštruktor, vodja tečaja P3 pa je lahko licencirani SPZ/CMAS inštruktor kategorije vsaj M2. Končna ocena znanja tečajnikov je samo v pristojnosti licenciranega inštruktorja.
- Izdaja diplom in CMAS mednarodnih izkaznic za pridobljeno potapljaško kategorijo je v pristojnosti CMAS komisije za izobraževanje pri SPZ oz. v pristojnosti za to pooblaščen osebe. Dokument se izda le na podlagi poročila vodje tečaja.
- Če se tečaj ni odvijal po pravilih CMAS-PRAPOS-a, SPZ ne izda nobenih diplom ali priznanj.
- V primeru neupoštevanja pravil CMAS-PRAPOS-a CMAS komisija za izobraževanje pri SPZ na podlagi ustreznih poročil delegata odvzame vodji tečaja oz. inštruktorju licenco po postopku za odvzem licence - poglavje 4.11.

10. 2 Tehnična izvedba potopa in praktičnega dela tečaja

V primeru, da obstaja za potapljača nevarnost trka s plovili, je treba področje potapljanja primerno zavarovati. To se lahko izvede s predpisano površinsko bojo, ki jo potapljač vleče za seboj ali s štirimi fiksnimi bojami ali z modro-belimi zastavicami oz. potapljaškimi rdeče-belimi zastavicami. Zastavice se pritrdijo na plovce, ki tvorijo na vodni površini štirikotnik okrog področja podvodnih aktivnosti.

Na praktičnem delu tečaja za potapljače in inštruktorje ter pri stažnih potopih je zaradi varnostnih razlogov obvezna uporaba površinske boje, priporoča pa se tudi uporaba kompleta, ki zagotavlja reanimacijo s 100 % kisikom.

Za
varno
potapljanje

Slovenska potapljaška zveza
CMAS - PRAPOS

