oefeningen buitenwater redden	aantal keer geoefend						
duikset opbouwen							
materiaal controle							
buddy check							
handsignalen							
gecontroleerd afdalen							
reddingsopstijging met bewusteloze drenkeling							
drenkeling vervoeren met de okselreep							
drenkeling vervoeren met de sleepgreep							
drenkeling vervoeren met de duwgreep							
reddingsopstijging met een instabiele drenkeling							
begeleide opsteiging							
duikset van de drenkeling verwijderen in het water							
zoekpatroon uitdijend 4-kant							
zoekpatroon U-vorm							
kruispeiling uitvoeren							
duiker in paniek benaderen en onder controle krijgen							
fysiek contakt met paniekslachtoffer maken en onder controle krijgen							
drenkeling beademen te water							
drenkeling horizontaal aan land brengen							
drenkeling vertikaal aan land brengen							
ongevalssimulatie compleet							

p=prima o=oefenen

aantekeningen