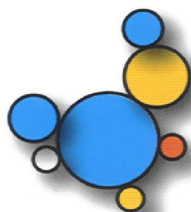


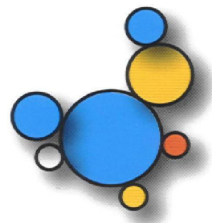
# nob scubadoe





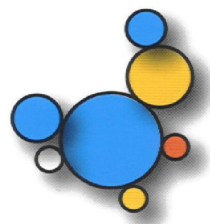
## In dit logboek vind je:

DIT LOGBOEK IS VAN:.....	3
MEDISCHE VERKLARINGEN EN KEURINGEN.....	7
SCUBADOE BREVETTEN.....	17
SPECIALISATIES.....	27
CLUB EVENEMENTEN.....	29
PRATEN ONDER WATER.....	31
DUIKSET OPBOUWEN EN BUDDYCHECK.....	38
ZWEMBADDUIKEN.....	45
BUITENWATER DUIKEN.....	58



## Dit logboek is van:

Naam:	
Foto:	
Adres:	
Postcode:	
Plaats:	
Geboortedatum:	
Telefoon:	
NOB – relatienummer:	



## Contactgegevens ScubaDoe-er

In het geval van bijzondere situaties of in noodgevallen wil de duikvereniging/duikschool u graag kunnen bereiken. Vul daarom op dit blad uw telefoonnummers in.

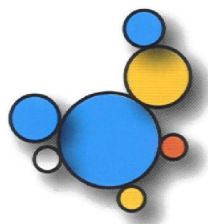
Ook kunt u hier aangeven, door wie uw kind na trainingen of activiteiten opgehaald mag worden.

Telefoon thuis:

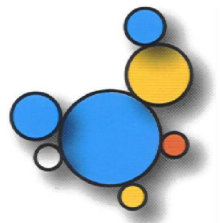
Mobiel nummer moeder:

Mobiel nummer vader:

Hij/zij mag ook opgehaald worden door:



---



## Contactgegevens

### Bestuur:

Secretaris:

Voor adreswijzigingen en overige gegevens. Ook inschrijfformulieren voor je vriendjes of vriendinnetjes kun je hier krijgen!

Penningmeester:

Voor alle financiële zaken zoals clubcontributie en NOB.

### Informatie ScubaDoe (instructeur):

Voor alle informatie over trainingen, evenementen, brevetten en specialisaties.

Ook graag afmelden als je niet bij een training of evenement kunt zijn!

### ScubaDoe-programma:

Kijk voor informatie over het ScubaDoe-programma ook op de website van de NOB:

[www.onderwatersport.org/scubadoe](http://www.onderwatersport.org/scubadoe)

### Adres Nederlandse Onderwatersport Bond (NOB):

Nassastraat 12, 3583 XG Utrecht, tel.: 030-2517014

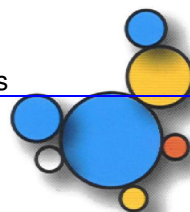
[www.onderwatersport.org](http://www.onderwatersport.org)

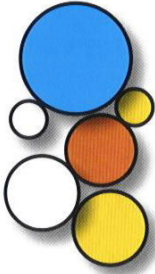
### Colofon

Concept: Ton van Uden

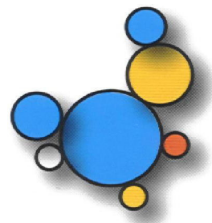
Uitwerking: Wander Bordewijk en Ton van Uden

Illustraties: HES van Schoonhoven en Arthur Hermans





Medische verklaringen  
en  
Keuringen



# Zwembad verklaring

## Toelichting:

Voordat er aan de zwem- en snorkeltraining kan worden deelgenomen, vragen we u om een medische verklaring te tekenen. Met deze medische verklaring verklaart u, als ouder of verzorger, dat er medisch gezien geen bezwaar is om uw kind deel te laten nemen aan de zwem- en snorkeltraining.

Een afschrift van deze verklaring dient aanwezig te zijn bij de instructeurs.

Bij het beantwoorden van één of meer vragen met “ja” is een aanvullende medische keuring verplicht.

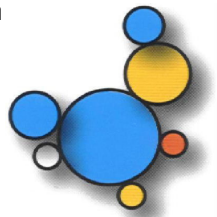
De geldigheid van deze verklaring is 3 jaar. Indien er in de tussentijd veranderingen optreden in de gezondheidstoestand van uw kind, dient opnieuw een verklaring te worden ingevuld, dan wel een keuring te worden aangevraagd.

Nogmaals; bij beantwoording van één of meer vragen met ‘ja’ dient aanvullend medisch onderzoek plaats te vinden. U doet dit in het belang van uw kind en de veiligheid van anderen.

Neem in dat geval ook even contact met uw instructeur op.

## Medische Keuring

Voordat een kind in het buitenwater mag duiken met perslucht moet er een medische keuring plaatsvinden. Deze keuring is te vergelijken met de keuring voor volwassenen. De arts die deze keuring verricht moet verstand hebben van de duikgeneeskunde, maar ook van kinderen. We adviseren echter dit al in een vroeg stadium van de opleiding te doen zodat er geen teleurstellingen zijn. Wij verwijzen u graag naar onze eigen keuringsarts.





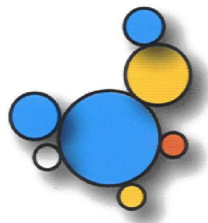
## ZWEMBAD verklaring

Omcirkel het antwoord dat van toepassing is:

Heeft uw kind last of last gehad van aanvallen van benauwdheid?	Ja	Nee
Heeft uw kind last of last gehad van bronchitis en/of astma?	Ja	Nee
Is bij uw kind ooit een hartruis waargenomen?	Ja	Nee
Heeft uw kind last van keel-, neus- en/of oorontstekingen?	Ja	Nee
Heeft uw kind last of last gehad van aanvallen van bewustzijnsverlies?	Ja	Nee
Heeft uw kind last of last gehad van toevallen?	Ja	Nee
Gebruikt uw kind medicijnen?	Ja	Nee
Heeft uw kind last van angstaanvallen of andere psychische klachten?	Ja	Nee

Naar waarheid ingevuld op (datum) .....

Handtekening ouder/verzorger



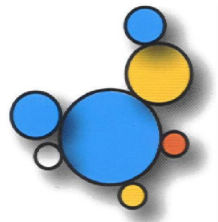
## ZWEMBAD verklaring

Omcirkel het antwoord dat van toepassing is:

Heeft uw kind last of last gehad van aanvallen van benauwdheid?	Ja	Nee
Heeft uw kind last of last gehad van bronchitis en/of astma?	Ja	Nee
Is bij uw kind ooit een hartruis waargenomen?	Ja	Nee
Heeft uw kind last van keel-, neus- en/of oorontstekingen?	Ja	Nee
Heeft uw kind last of last gehad van aanvallen van bewustzijnsverlies?	Ja	Nee
Heeft uw kind last of last gehad van toevallen?	Ja	Nee
Gebruikt uw kind medicijnen?	Ja	Nee
Heeft uw kind last van angstaanvallen of andere psychische klachten?	Ja	Nee

Naar waarheid ingevuld op (datum) .....

Handtekening ouder/verzorger



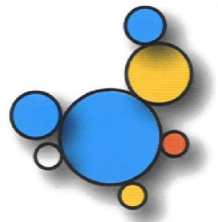
## ZWEMBAD verklaring

Omcirkel het antwoord dat van toepassing is:

Heeft uw kind last of last gehad van aanvallen van benauwdheid?	Ja	Nee
Heeft uw kind last of last gehad van bronchitis en/of astma?	Ja	Nee
Is bij uw kind ooit een hartruis waargenomen?	Ja	Nee
Heeft uw kind last van keel-, neus- en/of oorontstekingen?	Ja	Nee
Heeft uw kind last of last gehad van aanvallen van bewustzijnsverlies?	Ja	Nee
Heeft uw kind last of last gehad van toevallen?	Ja	Nee
Gebruikt uw kind medicijnen?	Ja	Nee
Heeft uw kind last van angstaanvallen of andere psychische klachten?	Ja	Nee

Naar waarheid ingevuld op (datum) .....

Handtekening ouder/verzorger



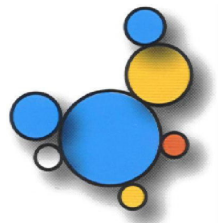
## ZWEMBAD verklaring

Omcirkel het antwoord dat van toepassing is:

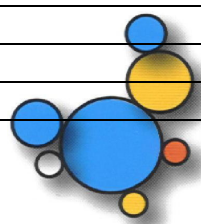
Heeft uw kind last of last gehad van aanvallen van benauwdheid?	Ja	Nee
Heeft uw kind last of last gehad van bronchitis en/of astma?	Ja	Nee
Is bij uw kind ooit een hartruis waargenomen?	Ja	Nee
Heeft uw kind last van keel-, neus- en/of oorontstekingen?	Ja	Nee
Heeft uw kind last of last gehad van aanvallen van bewustzijnsverlies?	Ja	Nee
Heeft uw kind last of last gehad van toevallen?	Ja	Nee
Gebruikt uw kind medicijnen?	Ja	Nee
Heeft uw kind last van angstaanvallen of andere psychische klachten?	Ja	Nee

Naar waarheid ingevuld op (datum) .....

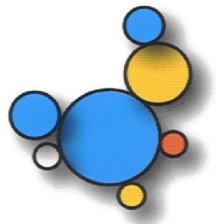
Handtekening ouder/verzorger



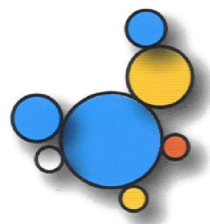
<b>Medische gegevens</b>	
Naam huisarts:	
Adres huisarts:	
Telefoonnummer huisarts:	
<b>Gezondheidsaspecten</b>	
Ik ben allergisch voor (medicijnen, voedingsmiddelen):	
Ik gebruik deze medicijnen:	
<b>Bij nood waarschuwen:</b>	
Ouder(s)/verzorgers:	
Anderen:	



# Medische keuring

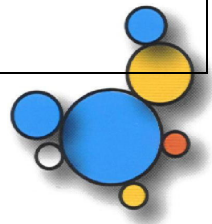


Keuringsdatum:	
Uitgevoerd door:	
Goedgekeurd:	
Geldig tot (maand/jaar):	
Opmerkingen:	
<p>Ondergetekende, arts, verklaart dat de keuring is uitgevoerd conform de geldende richtlijnen van de Nederlandse Onderwatersport Bond. Goedkeuring houdt in dat er in geen enkel opzicht gezondheidsmatige beperkingen of medische risico's zijn voor het beoefenen van de duiksport, zowel fysiek als mentaal.</p>	
Naam arts:	
Handtekening:	Stempel arts:



## Medische keuring

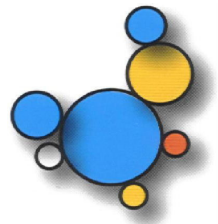
Keuringsdatum:	
Uitgevoerd door:	
Goedgekeurd:	
Geldig tot (maand/jaar):	
Opmerkingen:	
<p>Ondergetekende, arts, verklaart dat de keuring is uitgevoerd conform de geldende richtlijnen van de Nederlandse Onderwatersport Bond. Goedkeuring houdt in dat er in geen enkel opzicht gezondheidsmatige beperkingen of medische risico's zijn voor het beoefenen van de duiksport, zowel fysiek als mentaal.</p>	
Naam arts:	
Handtekening:	Stempel arts:

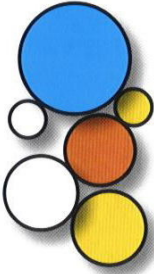






## ScubaDoe Brevetten





## De ScubaDoe-brevetten

Welkom in de wereld van Octo en Poezzz.

Samen Octo en Poezzz ga je een nieuwe wereld verkennen. Ze helpen je steeds meer en meer te leren over jouw nieuwe sport, de duiksport!

In dit logboekje kun je belangrijke, bijzondere en vooral leuke dingen opschrijven die met jouw snorkel- en duikactiviteiten te maken hebben. Zo kun je het goed onthouden en aan anderen laten zien. Neem het steeds mee als je naar je club toe gaat om te duiken.

Op de volgende bladzijden vind je een overzicht van alle brevetten die je bij ScubaDoe kunt halen.

Als je alle dingen die bij een brevet horen goed kunt, wordt dit afgetekend in je logboek.

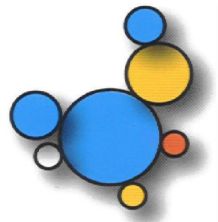
Ook krijg je een dan brevetkaartje, dat je in een mapje in dit logboek kunt opbergen en bewaren.



# Adembrevet

Voor het adembrevet heb ik geleerd hoe ik:

- het water in ga
- ademen kan onder water
- mijn oren kan klaren
- moet opstijgen en afdalen
- kan zwemmen onder water en kan snorkelen aan de oppervlakte
- mijn ademautomaat uit en weer in kan doen
- het trimvest boven water uit en aan kan doen
- water uit mijn masker kan krijgen
- ik het water uit kan komen



Mijn **Adembrevet** heb ik gehaald op:

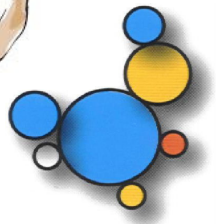
Datum .....

Handtekening instructeur

Stempel instructeur

**Gefeliciteerd!**

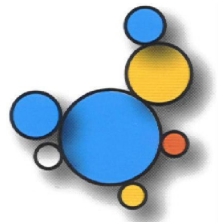
Octo en Poezzz!



# Bellenbrevet

Bij het bellenbrevet ben ik goed geworden in:

- duiken met je buddy
- hoe ik het beste het water in kan springen
- hoe ik gewichtloos kan zijn onder water
- het terugvinden van mijn automaat als ik hem kwijt ben
- onder water praten met elkaar
- de weg vinden met een kompas
- duiken met een lijn

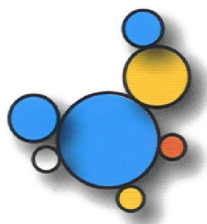


Mijn **Bellenbrevet** heb ik gehaald op:

Datum .....

Handtekening instructeur

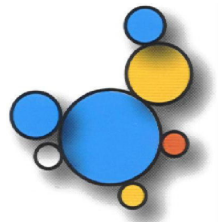
Stempel instructeur



# Trimbrevet

Voor het trimbrevet heb ik geleerd:

- hoe ik een duik moet plannen en uitvoeren
- hoe ik het water in ga vanaf een boot of een lage kant
- mijn buddy te helpen als die geen lucht meer heeft
- wat ik moet doen als ik of mijn buddy kramp heeft
- mijn buddy te redden



Mijn **Trimbrevet** heb ik gehaald op:

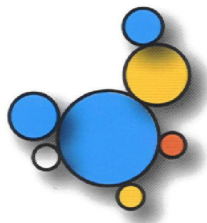
Datum .....

Handtekening instructeur

Stempel instructeur



**Prima gedaan!**





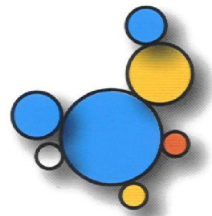


## N.O.B. ScubaDoe – brevet

Het ScubaDoe-brevet is het laatste brevet van het ScubaDoe-jeugdprogramma. Hierna kan je verder met de opleiding voor het 1\*duik brevet van de N.O.B.

Het ScubaDoe-brevet haal ik, als het volgende heb gedaan en gehaald:

- het adembrevet
- het bellenbrevet
- het trimbrevet
- vijf verschillende specialisaties, met in elk geval:
  - onder water oriëntatie
  - redden



Mijn NOB **ScubaDoe – brevet** heb ik gehaald op:

Datum .....

Handtekening instructeur

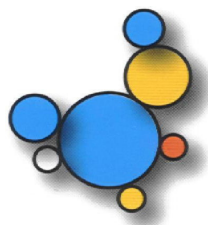
Stempel instructeur

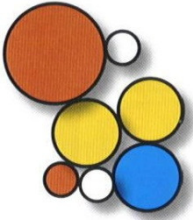
# Helemaal geweldig !

Je bent nu klaar voor de

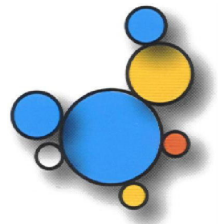
**1 \* duikeropleiding !**

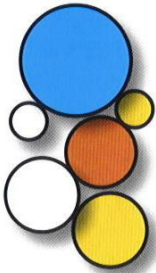
In 1-ster duikeropleiding leer je nog veel meer leuke dingen over duiken.





## Specialisaties





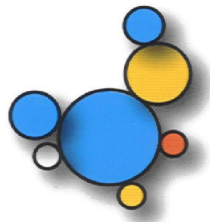
## Specialisaties

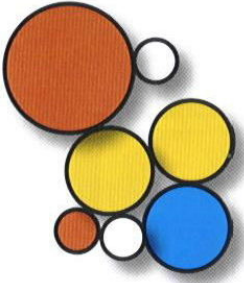
Door de club worden speciale ScubaDoe-lessen georganiseerd. In deze lessen leer je nog meer dingen die met duiken te maken hebben.

We noemen deze lessen: de specialisaties.

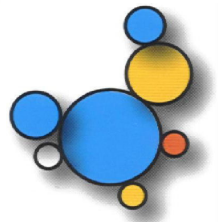
Elke keer als je een specialisatie hebt afgerond, krijg je een logboekblaadje dat je hierachter in je logboek kunt stoppen.

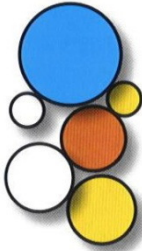
Ook krijg je een 'los' kaartje waarop de naam van de specialisatie staat. Dit kun je in het brevettenmapje opbergen.





## Club evenementen





## Club evenementen

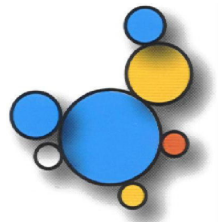
Met alle ScubaDoe-ers gaat de club er regelmatig op uit.

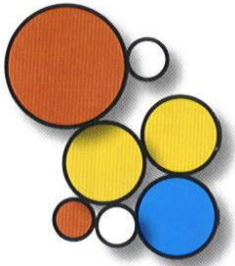
We doen dan allerlei leuke dingen die iets met water, zeedieren of duiken te maken hebben.

Natuurlijk is het dan leuk als iedereen mee gaat!

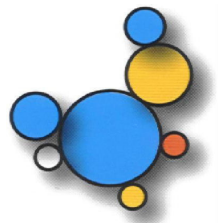
Bij dit soort clubreisjes maken we ook een logboekblaadje. Dat blaadje past in dit logboek.

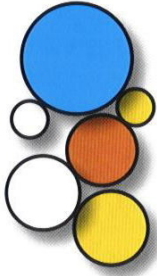
Zo weet je altijd wanneer en welke avonturen je met ons hebt beleefd!





## Praten onder water



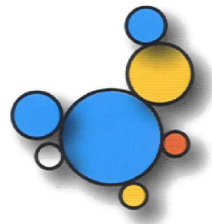


## De handsignalen

Onder water kunnen we niet gewoon praten.

We kunnen alleen door gebaren, de handsignalen, dingen duidelijk maken aan elkaar.

Op de volgende bladzijden zie je de meest gebruikte en belangrijkste handsignalen op een rijtje!





**Oké, of 'is alles oké?'**

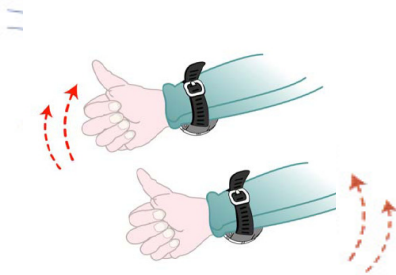
**Dichtbij, onder water**



**Veraf, boven water**



**Opstijgen of omhoog:**



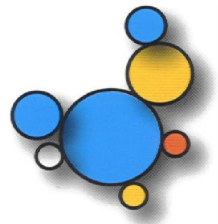
**Afdalen, of naar beneden:**



**Ik begrijp je niet:**

**(Herhaal je**

**signaal!)**

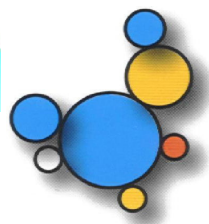
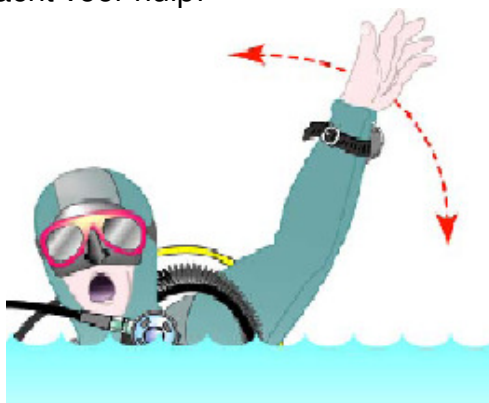


**Ik kan mijn oren niet klaren:**



### **NOODSIGNAAL**

Met je arm op het water slaan en/of water omhoog gooien.  
Ook kun je het fluitje van het trimvest gebruiken.  
Trek de aandacht voor hulp!



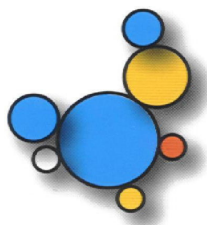
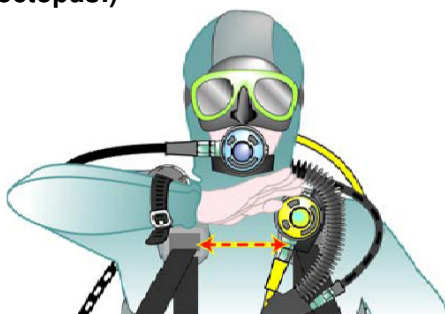
**Druk is nog maar 100 bar**



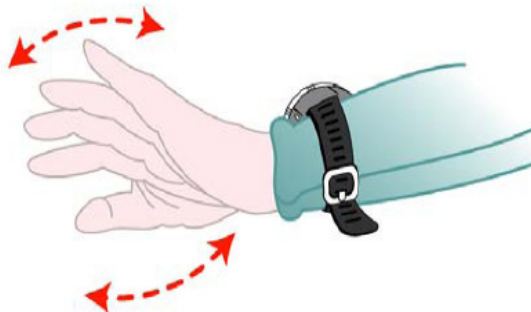
**Druk is nog maar 50 bar – einde duik!**



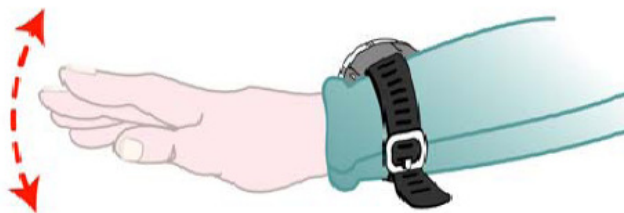
**Ik heb geen lucht meer:  
(Dus: geef me je octopus!)**



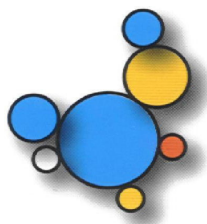
**Het gaat niet zo goed, niet oké:**



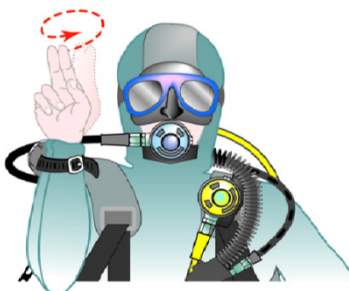
**Kalm aan, langzamer:**



**Direct stoppen!**  
(Met wat je aan het doen bent.)



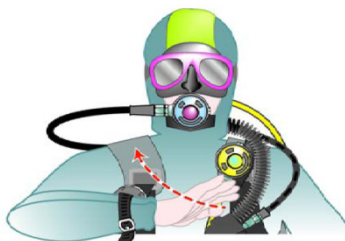
**Ik ben duizelig:  
(draaierig)**



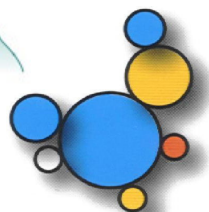
**Kijk (ik doe het voor):**



**Langzaam omhoog  
(met de bodem mee):**



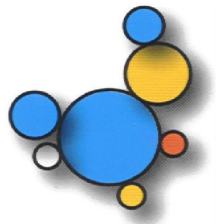
**Op deze diepte blijven  
(trimmen):**

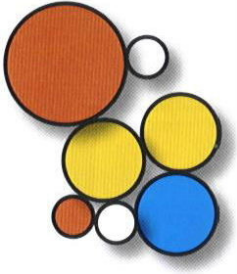


Duikset opbouwen

en

Buddycheck





## Vorbereiden van de duik

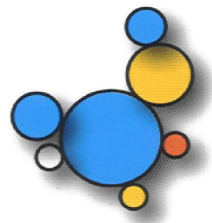
Voordat we kunnen beginnen met de duik moeten we natuurlijk goed voorbereid zijn.

Het is belangrijk dat we zeker weten dat onze duiksets goed werken.

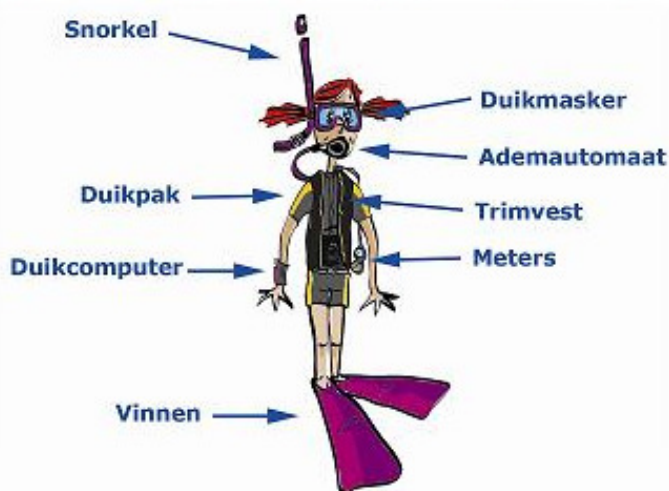
Ook moeten we van elkaar weten, dus als buddy's, dat we elkaar kunnen helpen als dat nodig is. Daarom controleren we elkaar met de buddycheck.

Dit doen we voor elkaars veiligheid!

Daarbij gebruiken we geheugensteuntjes!

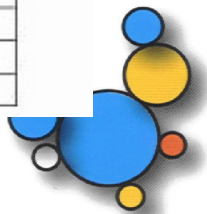


## Wat neem je mee als je gaat duiken?

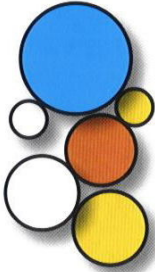


### Controlelijstje buitenwaterduik

	<b>Duikmasker</b>
	<b>Snorkel</b>
	<b>Vinnen</b>
	<b>Ademautomaat / meters</b>
	<b>Trimvest / Fluitje</b>
	<b>Duikfles (vol?)</b>
	<b>Loodgordel</b>
	<b>Duikpak/schoenen/handschoenen</b>
	<b>Handdoek / zwemkleding</b>
	<b>Warme trui/muts</b>
	<b>Tussendoortje / drankje / logboek</b>
✓	<b>Plezier</b>

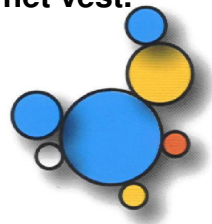






## Set opbouwen

1. Zet de fles rechtop.
2. Leg de klemband van het vest om de fles.
3. Zorg dat de kraag van het vest gelijk ligt met de kraan van de fles.
4. Kijk of de O-ring aanwezig en schoon is.
5. Draai de kraan kort open en dicht (schoonblazen).
6. Draai de eerste trap van de automaat vast op de fles. Let op de stand van de slangen!
7. Sluit de inflatorslang aan op het vest.
8. Zet de console en de octopus vast aan het vest.



# Werkt alles? Doe K.O.R.A.A.L. !

**K**raan nog dichtlaten en lucht zuigen.

Krijg je lucht? Dan is het NIET GOED!

**O**pen de kraan en houd de loosknop ingedrukt.

Dan loosknop los, verder opendraaien en slagje terug.

**R**uik of de lucht geen 'luchtje' heeft!

Ruik je olie of uitlaatgas? Deze fles niet gebruiken!

**A**dem rustig een paar keer in en uit.

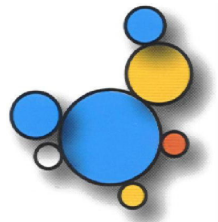
Zo kijk je of de automaat soepel werkt.

**A**demen gaat zwaar?

Dan moet de automaat nagekeken worden!

**L**uchtdruk controleren

Kijk op je manometer! Heb je genoeg lucht?



# De buddycheck

**Dan ben je zelf klaar om onder te gaan.  
Je buddy ook?**

**Doe de BUDDYCHECK:**

**K**ompleet: heeft je buddy alles?

Basisuitrusting, duikmes, horloge, kompas, dieptemeter.

**I**nflator: hoe werkt die van je buddy?

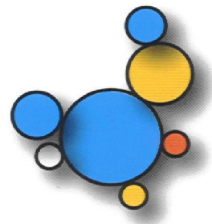
Probeer de beide knoppen, werken ze?

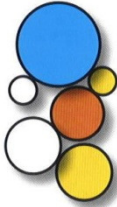
**L**oodgordel: hoe krijg ik die snel los?

Kan ik erbij en werkt de sluiting?

**O**ctopus: hoe bereik ik die?

Doet de octopus het en hoe krijg je die lo

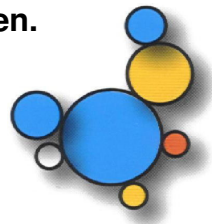




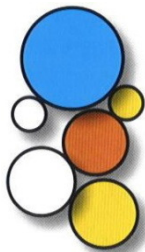
## **Set afbouwen en opruimen**

**Na de duik moet het materiaal worden verzorgd.  
Dit doe je zo:**

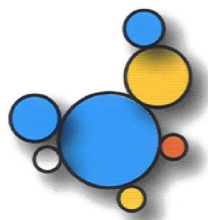
- 1. Controleer de einddruk. Als die te laag is:  
fles klaarleggen om weer te laten vullen.**
- 2. Draai de kraan van de fles dicht.**
- 3. Haal de druk van het systeem, door ....**
  - a) losknop van de 2<sup>e</sup> trap indrukken tot gesis stopt.**
  - b) losknop octopus indrukken tot gesis stopt.**
- 4. Koppel de inflatorslang los.**
- 5. Haal de octopus los.**
- 6. Verwijder de eerste trap van de fles.**
- 7. Doe de stofdop op de eerste trap**
- 8. Trimvest en automaat goed naspoelen.**
- 9. Laat water en lucht uit het trimvest lopen.**
- 10. Help het materiaal opbergen.**

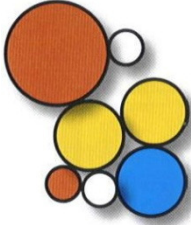


BEDANKT VOOR HET OPRUIMEN!



## Zwembadduiken





## Zwembadduiken

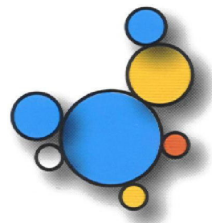
Hier kun je op de logboekblaadjes, de leuke dingen die je met het snorkelen en duiken in het zwembad hebt meegemaakt, opschrijven en bewaren.

Zo kun je altijd zien wat je allemaal hebt gedaan en geleerd in het zwembad!

Natuurlijk hebben we ook logboekblaadjes waar je zelf kunt opschrijven, wat je allemaal hebt gedaan. Je mag er natuurlijk ook een tekening van maken of misschien plak je er wel een foto van jezelf met duikspullen bij.

Zo bouw je herinneringen op aan alle keren dat je in het zwembad hebt geoefend.

Zo maak je het echt tot jouw eigen logboek!



















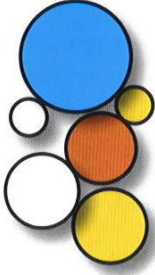




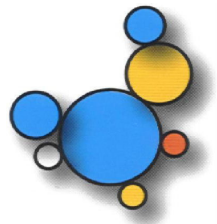


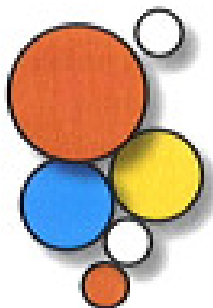






## Buitenwater duiken





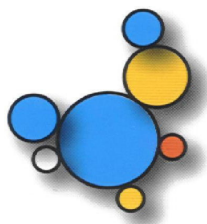
## Buitenwater duiken







Hier kun je de logboekblaadjes opbergen van duiken die je in het buitenwater hebt gemaakt.

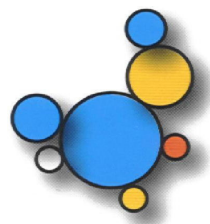
Elke duiker houdt zo zijn logboek bij, en weet dan later nog hoeveel duiken er zijn gemaakt, met wie, hoe diep en wat er is beleefd of voor moois is gezien onder water. Zo kun je laten zien hoeveel ervaring je al hebt met het duiken.







Zo wordt het een herinneringenboekje van alle momenten dat je van de onderwaterwereld hebt kunnen genieten!

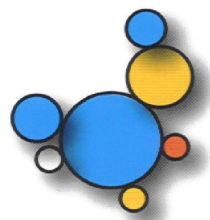
Als deze blaadjes vol zijn, kun je via je instructeurs altijd extra blaadjes krijgen.



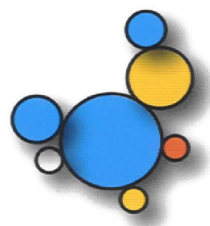
Duiknummer:		Datum:				
Duikplek:						
Buddy:						
Instructeur:						
Druk begin:	Bar	Druk eind:	Bar			
Luchttemp.	°C	Watertemp.	°C			
Weer:						
Deze vissen heb ik gezien:						
Andere dieren die ik heb gezien:						
Planten gezien onder water:						
Deze andere leuke dingen of oefeningen heb ik gedaan:						
Maak op de achterkant een mooie kleurentekening van wat je onder water hebt gezien!						



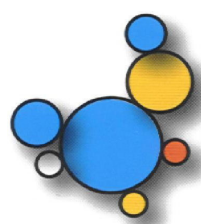
Duikplek:						
Buddy:						
Instructeur:						
Druk begin:	Bar	Druk eind:	Bar			
Luchttemp.	°C	Watertemp.	°C			
Weer:						
Deze vissen heb ik gezien:						
Andere dieren die ik heb gezien:						
Planten gezien onder water:						
Deze andere leuke dingen of oefeningen heb ik gedaan:						
Maak op de achterkant een mooie kleurentekening van wat je onder water hebt gezien!						



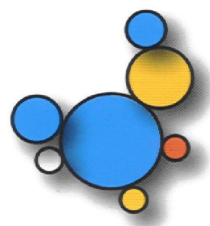
Duiknummer:		Datum:	
Duikplek:			
Buddy:			




Instructeur:						
Druk begin:	Bar		Druk eind:		Bar	
Luchttemp.	°C		Watertemp.		°C	
Weer:						
Deze vissen heb ik gezien:						
Andere dieren die ik heb gezien:						
Planten gezien onder water:						
Deze andere leuke dingen of oefeningen heb ik gedaan:						
Maak op de achterkant een mooie kleurentekening van wat je onder water hebt gezien!						

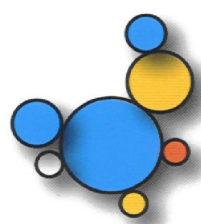


Duiknummer:		Datum:	
Duikplek:			
Buddy:			

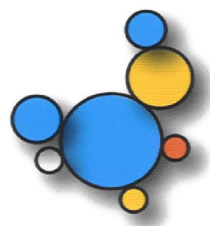




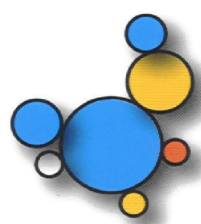
Instructeur:						
Druk begin:	Bar		Druk eind:		Bar	
Luchttemp.	°C		Watertemp.		°C	
Weer:						
Deze vissen heb ik gezien:						
Andere dieren die ik heb gezien:						
Planten gezien onder water:						
Deze andere leuke dingen of oefeningen heb ik gedaan:						
Maak op de achterkant een mooie kleurentekening van wat je onder water hebt gezien!						



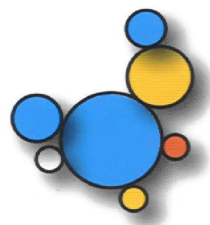
Duiknummer:		Datum:	
Duikplek:			
Buddy:			



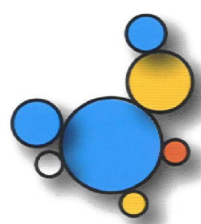
Instructeur:						
Druk begin:	Bar		Druk eind:	Bar		
Luchttemp.	°C		Watertemp.	°C		
Weer:						
Deze vissen heb ik gezien:						
Andere dieren die ik heb gezien:						
Planten gezien onder water:						
Deze andere leuke dingen of oefeningen heb ik gedaan:						
Maak op de achterkant een mooie kleurentekening van wat je onder water hebt gezien!						



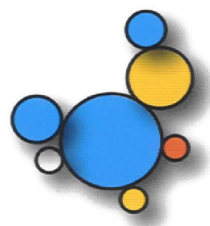
Duiknummer:		Datum:	
Duikplek:			
Buddy:			



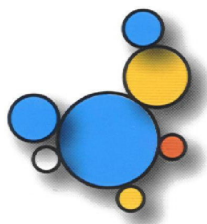
Instructeur:						
Druk begin:	Bar		Druk eind:		Bar	
Luchttemp.	°C		Watertemp.		°C	
Weer:						
Deze vissen heb ik gezien:						
Andere dieren die ik heb gezien:						
Planten gezien onder water:						
Deze andere leuke dingen of oefeningen heb ik gedaan:						
Maak op de achterkant een mooie kleurentekening van wat je onder water hebt gezien!						



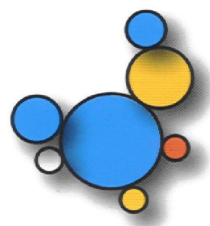
Duiknummer:		Datum:	
Duikplek:			
Buddy:			



Instructeur:						
Druk begin:	Bar		Druk eind:		Bar	
Luchttemp.	°C		Watertemp.		°C	
Weer:						
Deze vissen heb ik gezien:						
Andere dieren die ik heb gezien:						
Planten gezien onder water:						
Deze andere leuke dingen of oefeningen heb ik gedaan:						
Maak op de achterkant een mooie kleurentekening van wat je onder water hebt gezien!						

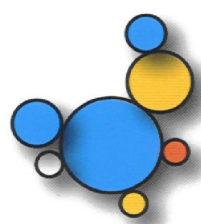


Duiknummer:		Datum:	
Duikplek:			
Buddy:			

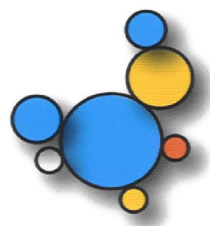




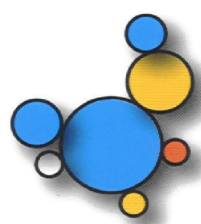
Instructeur:						
Druk begin:	Bar		Druk eind:		Bar	
Luchttemp.	°C		Watertemp.		°C	
Weer:						
Deze vissen heb ik gezien:						
Andere dieren die ik heb gezien:						
Planten gezien onder water:						
Deze andere leuke dingen of oefeningen heb ik gedaan:						
Maak op de achterkant een mooie kleurentekening van wat je onder water hebt gezien!						



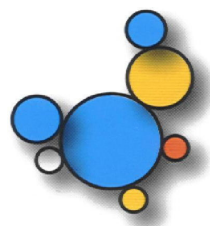
Duiknummer:		Datum:	
Duikplek:			
Buddy:			



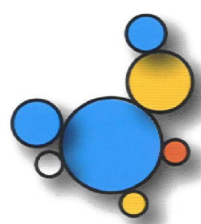
Instructeur:						
Druk begin:	Bar		Druk eind:		Bar	
Luchttemp.	°C		Watertemp.		°C	
Weer:						
Deze vissen heb ik gezien:						
Andere dieren die ik heb gezien:						
Planten gezien onder water:						
Deze andere leuke dingen of oefeningen heb ik gedaan:						
Maak op de achterkant een mooie kleurentekening van wat je onder water hebt gezien!						



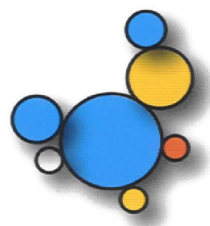
Duiknummer:		Datum:	
Duikplek:			
Buddy:			



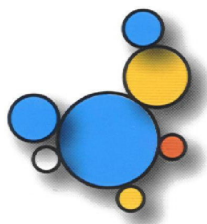
Instructeur:						
Druk begin:	Bar		Druk eind:	Bar		
Luchttemp.	°C		Watertemp.	°C		
Weer:						
Deze vissen heb ik gezien:						
Andere dieren die ik heb gezien:						
Planten gezien onder water:						
Deze andere leuke dingen of oefeningen heb ik gedaan:						
Maak op de achterkant een mooie kleurentekening van wat je onder water hebt gezien!						



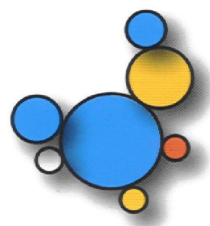
Duiknummer:		Datum:	
Duikplek:			
Buddy:			




Instructeur:						
Druk begin:	Bar		Druk eind:		Bar	
Luchttemp.	°C		Watertemp.		°C	
Weer:						
Deze vissen heb ik gezien:						
Andere dieren die ik heb gezien:						
Planten gezien onder water:						
Deze andere leuke dingen of oefeningen heb ik gedaan:						
Maak op de achterkant een mooie kleurentekening van wat je onder water hebt gezien!						

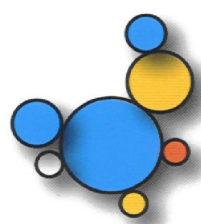


Duiknummer:		Datum:	
Duikplek:			
Buddy:			

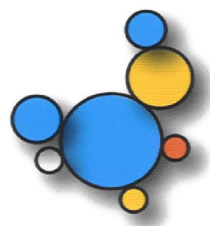




Instructeur:						
Druk begin:	Bar		Druk eind:		Bar	
Luchttemp.	°C		Watertemp.		°C	
Weer:						
Deze vissen heb ik gezien:						
Andere dieren die ik heb gezien:						
Planten gezien onder water:						
Deze andere leuke dingen of oefeningen heb ik gedaan:						
Maak op de achterkant een mooie kleurentekening van wat je onder water hebt gezien!						



Duiknummer:		Datum:	
Duikplek:			
Buddy:			



Instructeur:						
Druk begin:	Bar		Druk eind:		Bar	
Luchttemp.	°C		Watertemp.		°C	
Weer:						
Deze vissen heb ik gezien:						
Andere dieren die ik heb gezien:						
Planten gezien onder water:						
Deze andere leuke dingen of oefeningen heb ik gedaan:						
Maak op de achterkant een mooie kleurentekening van wat je onder water hebt gezien!						

