

# DUIKCLUB "DE MEERKOETEN"



\*\* Clubblad Uitgave - augustus 2023 \*\*

Secretariaat: Willem Wulffraat  
06-30498190  
Voorzitter: Rene van der Linde  
06-20556027  
Penn.meester: Nycole de By  
Opleidingen: Job Roggeveen  
Materiaal: Nico ter Steege  
Evenementen: Karin Kersten



Duikclub De Meerkoeten opgericht in april 1978

## ALGEMENE INFO

### FLESSEN VULLEN:

Elke duiker moet zelf zorgdragen voor een volle duikfles. Alle duikwinkels in de omgeving van Amstelveen en Vinkeveen hebben een vul mogelijkheid. Let op! Er zijn vul-installaties van 200bar en 300bar. (met zowel DIN als International aansluit beugels) Sluit je fles aan, op de juiste vuldruk.

### TRAININGEN:

Het **binnenwater-seizoen** liep van **vr.21 okt t/m vr.28 april 2023**. We trainende dan elke vrijdagavond van 20:45 tot 22:00 uur in het Sloterparkbad, Pres. Allendelaan 3 te Amsterdam. Zwembadtrainingen vonden plaats in de "springkuil".

**Geen zwembad training; in sept / okt / nov / dec. misschien starten we weer in januari 2024**

- Om de training voor de volle 100% te benutten, vragen wij de duikers op tijd aanwezig te zijn.
- Volg je een opleiding? Zorg dan dat alles gereed is voor aanvang van de les.
- Neem altijd je complete basis-uitrusting mee, deze bestaat uit: **duikbril, snorkel, vinnen en loodgordel.**

**Buitenwater-seizoen** seizoen 2023 loopt van 28 april t/m okt 2023, zie de Clubagenda programma.

### CONTRIBUTIE:

Deze overmaken op IBAN rek. NL84INGB0002878244 tnv Penn.meester Duikclub De Meerkoeten.

De contributie is opgebouwd uit 3 delen:

- \* NOB-lidmaatschap € 55,=
- \* Duikclub lidmaatschap € 50,=
- \* Zwembad lidmaatschap € ? kosten achteraf betalen
- \* zie voor duikopl. en materiaal huur het info-blad
- \* contributie wordt in 2 delen in rekening gebracht.

### REDACTIE:

Stuur via een email, stukjes en foto's, maar ook je op- en aanmerkingen aan: R.van der Linde  
Kijk regelmatig voor activiteiten binnen de Duikclub, naar onze Facebook pagina en Website.  
En laat je ook inschrijven voor de WhatsApp.

<https://www.facebook.com/koet.meer/>  
[www.duikclubdemeerkoeten.nl](http://www.duikclubdemeerkoeten.nl)

## VAN HET BESTUUR

### Algemeen

- Op de ALV van maart dit jaar, is besloten niet meer een geheel seizoen de binnenwatertrainingen aan te bieden. Er wordt gezocht naar andere zwembaden en andere tijden. Dit is nog niet zo makkelijk. Het zwembad in Abcoude is al verhuurd op vrijdagavond, deze avond heeft onze voorkeur. Met een lage opkomst is een zwembad afhuren niet rendabel. dus zijn er een aantal mogelijkheden. Er komt een kleine enquête waar mee de leden met een zwembad lidmaatschap hun voorkeur kunnen uitspreken.
- Na een enthousiast begin met theorie lessen en zwembad oefeningen, lieten een aantal 2 ster opleiding duikers verstek gaan. Dit gaf wat onrust bij de doorzetters en het trainers team. Besloten is met de 'die-hards' verder te gaan en de rest kan het later dit seizoen weer op pakken. Inmiddels zijn we weer opgestart en wordt de 2-ster cursus dit seizoen afgesloten, waarschijnlijk tijdens het Zeelandweekend.
- **Algemene Leden Vergadering 2023**, werd gehouden op 25 april. Dit keer in de huiskamer bij Willem en Lisa in Ouderkerk aan de Amstel. Bijna alles verliep vlotjes, Het bleek dat Rene al 25 jaar onze voorzitter is. Willem feliciteerde hem met dit heugelijke feit. Het ludieke cadeau; een bus VIM, deed een iedereen glimlachen. Wij weten dat dit Rene's 'dingetje' is. Er was ook nog een ander presentje voor de jubilaris.



- Het **Zeelandweekend** staat gepland voor het weekend van vr.8 t/m zo.10 september. Zie verder op in dit blad.
- De **club-barbecue** staat gepland voor vr.11 augustus op Zandeiland #4 Zie de **ClubAgenda** voor evenementen en opleidingen.

## ENQUETE ZWEMBADTRAININGEN

*Het betreft een kleine enquête mbt zwembad-training van het komende binnenwaterseizoen. (seizoen oktober 23 t/m april 2024)*

Op de ALV van dit jaar is besloten dat we niet meer het Sloterparkbad af huren voor de zwembad-trainingen, zoals we dat de laatste jaren hebben gedaan.

Het was voor ons niet meer rendabel.

We huurde normaal ca.16 á 17 vrijdagavonden, net zoveel als dat er zwemmende leden waren.

De prijs was 95,= per vrijdagavond. Deze is inmiddels verhoogt naar 105 euro per uur.

En er zijn naar verwachting nog maar 8 á 9 leden die een zwembadlidmaatschap willen.

De prijs van dit lidmaatschap wordt dan bijna 2x zo duur.

Dus wat gaan we doen?

Bij navraag is het zwembad in Abcoude zijn de vrijdagavonden en de weekenden niet meer beschikbaar.

Er is een mogelijkheid om gedurende de week, 's avonds een baantje te zwemmen of je aan te sluiten bij een aquafitness groep.

Het Sloterparkbad wilde op korte termijn weten wat wij gaan huren voor het komende seizoen.

Helemaal stoppen met een zwembadtraining heeft het nadeel dat wij elkaar gedurende de winter-periode van 5 maanden helemaal niet meer zien. Dat is niet bevordelijk voor het club gevoel, daar wij het ook moeten hebben van de sociale contacten en de gezelligheid.

Rene heeft de leden met een zwembadlidmaatschap (14 pers) telefonisch benaderd en ze een aantal vragen voor gelegd.

Hier onder de resultaten;

- 1 lid; stopt met alle activiteiten.
- 2 leden; willen het gehele binnenwaterseizoen (okt / nov / jan / feb / mrt / apr) om de week zwemmen in het Sloterparkbad. [ 13 x 105 euro ]
- 3 leden; willen stoppen met het zwemmen in het Sloterparkbad. En gaan voor een baantje zwemmen in Abcoude. (en

misschien nog 2x duiken in 'de springkuil' om het zomerseizoen 2024 in april op te starten en de duik spullen te testen )

- 8 leden ; willen om de week gebruikt maken van het Sloterparkbad, vanaf januari 2024. dat komt neer op 8 vrijdagavonden. Er moet dat wel een thema aan deze avond gekoppeld zijn. (zoals een specialty, opleiding of cursus) [ 8x 105 euro ]

Uit boven staande is besloten, dat we de zwembadtrainingen in januari om de week laten beginnen, deze zijn ook op voorhand ingeboekt bij het management van het Sloterparkbad.

We hopen dat bij meer leden deze keuze van; om de week een zwembadtraining met een thema, in de smaak valt en zich aansluiten bij de groep. Zodat deze groter wordt en de prijs daardoor nog wat kan zakken.

Dus zet ze maar al vast in je agenda. De zwembadtrainingen op vrijdagavond voor het komende binnenwaterseizoen zijn;

12 en 26 jan 2024 + 9 en 23 feb + 8 en 22 mrt + 5 en 19 apr.

Want eind april starten we weer met het buitenwaterseizoen.



# ONGEVAL-SIMULATIE

Op zondag 3 september a.s. vanaf 14.00 uur duiken; Vinkeveen Zandeiland 4 met als thema **ongeval-simulatie**.

Deze middag wordt georganiseerd in samenwerking met duikvereniging Nautic Explorer uit Haarlem. We proberen ook een afgevaardigde van de NOB uit te nodigen voor een artikel in het NOB-blad.

Doel van dit evenement: jullie te laten ervaren hoe toereikend de kennis is met betrekking tot het herkennen van een duikongeval en het verlenen van de eerste hulp daarbij.

Er wordt een parcours gemaakt, waarbij in groepjes van 3 á 4 personen er verschillende opdrachten moeten worden uitgevoerd. Bij elke opdracht zal er een beoordelaar staan.

Als het weer gunstig is zal Marc d By met zijn boot aanwezig zijn, om bijv redden van drenkelingen op open water te oefenen.

In verband met de opzet van de oefeningen is het van belang dat je van te voren aangeeft of je gaat deelnemen. Dit svp voor vrijdag 25 augustus per mail of app bij Gert.

Onderstaand een checklist behandeling duikongeval dat je als voorbereiding kunt doornemen.

## Checklist handelswijze duikongeval

### 1. Eerste snelle inschatting ongeval

- Controleer Bewustzijn
- Controleer Ademhaling
- Geen ademhaling alarmeren en melden reanimatie
- Constater je ergens bloeding
- Neurologische uitval/Decompressieziekte
- Squeeze

### 2. Is acute eerste hulp vereist

- Beademing bij ademhalingsstilstand (starten met 5 beademingen)
- Reanimatie bij circulatiestilstand (30x borstcompressie en 2x beademen)
- Laat AED halen
- Gebruik zuurstofkoffer

### 3. In welke houding moet het slachtoffer worden gelegd.

- Stabiele zijligging
- Halfzittend

- Shockligging (bijv op dijkhelling, met hoofd naar beneden)

### 4. Probleem verduidelijken en eventueel diagnose stellen.

### 5. Moet 100% zuurstof worden gegeven

- Overdruk barotrauma van de long
- Decompressieziekte/ Neurologische uitval
- CO-vergiftiging
- (Bijna) verdrinking

### 6. Maatregelen ter voorkoming van afkoeling

### 7. Zo nodig specifiek eerste hulp verlenen bij verwondingen / botbreuken / verbrandingen / oogletsel

### 8. Alarmering via 112 of het Duik Medisch Centrum van de Marine

### 9. Vervoer regelen als verdere behandeling nodig is, maar niet levensbedreigend (huisarts)

### 10. Slachtoffer proberen gerust te stellen

### 11. Invullen DOSA formulier



**Gert Oskam**  
IT instructeur NOB  
Duikclub de Meerkoeten





## UP DATE OPLEIDINGEN DUIKCLUB DE MEERKOETEN

*Welke opleidingen zijn er in het afgelopen jaar gedraaid? En welke brevetten zij er behaald? Hieronder geef ik je in het kort mede namens het instructieteam een overzicht;*

### **Voortgang en Status 2\*-opleiding:**

De eerste helft van dit jaar is er door de deelnemers van de 2\*-opleiding hard gewerkt! De agenda's van de cursisten werden op elkaar afgestemd en afspraken gemaakt.

Op de rol staan de Getijdenwater theorie les, Getijdenwater praktijkles in Zeeland en het Diep(er) duiken.

De onderdelen "Als je buddy hulp nodig heeft" en " Reanimatie" lopen als een rode draad door de opleiding heen.

Het resultaat van alle inspanningen is dat zowel de theorie-les Getijdenwater en de Getijdenwater praktijkles in Zeeland zijn afgerond.

Ook heeft er op 6 juni jl een herhaalsessie van de Reanimatie plaatsgevonden met zowel 2\*-cursisten als een aantal leden van onze club.

Na de zomerstop gaan we weer verder met het onderdeel "Diepduiken".

### **Nieuwe aanmeldingen Opleiding 1\*-duiker;**

Er heeft zich een aantal kandidaten aangemeld voor de 1\*-opleiding. Geweldig natuurlijk, maar brengt met zich mee dat de club moet kunnen beschikken over "zwembad-tijd".

Op het moment van schrijven wordt hierover nagedacht en op korte termijn beslist. Daarbij opgemerkt, dat het niet alleen afhangt van de nieuwe aanmeldingen/ leden, maar vooral ook van de "zwemmende leden" van onze club! Keep you posted....

### **Opleiding tot Duikbegeleider:**

Bevindt zich in een afrondend stadium.

Wat ik wel nog even als toelichting kwijt wil is het volgende; het + 'je genoemd in de opleiding 3\*+ duiker is wat misleidend.

Het lijkt een minuscule aanvulling op dat wat al opgesloten ligt in het 3\*-brevet, maar dat is zeker niet zo....

De inhoud van deze opleiding heeft facetten van de vroegere Clubinstructeur en de 1\*-Instructeur met vergaande bevoegdheden in de duikopleidingen.

Dat de opleiding dus niet "over één nacht ijs" gaat moge duidelijk zijn.

## **Toekomst en visie opleidingen van DC (vereniging) de Meerkoeten;**

Vorige keer al even benoemd; het doel van het instructie- en trainersteam is binnen de muren van onze duik vereniging eerste nieuwe kennis en vaardigheden aan te reiken middels de reguliere opleiding 1\* t/m 3\*.

Ook stelt onze club zich ten doel de opgedane kennis bij te houden en zo mogelijk verder in te slijpen en met name op dit punt komt het positieve effect van het lid zijn van een vereniging naar boven. *Wat bedoel ik daar nu precies mee?*

Neem bijvoorbeeld het onderdeel "Duiktechniek"; kennen jullie de handelingen nog? Je buddy in de problemen of in nood; je biedt de juiste hulp in de volgorde; eigen vest leeg; vastpakken buddy aan het vest; de inflator in je juiste positie brengen; oogcontact houden en met controle over de stijgsnelheid veilig aan de oppervlakte geraken. Dat weten we allemaal nog wel toch...:-)?

Maar er is meer.....; wel eens over nagedacht om je buddy vanaf aankomst duikstek anders te bekijken; hoe is zijn/ haar gemoed; ontspannen of juist gestrest, druk of juist rustig bezig zijn/ haar spullen te ordenen; wordt er positief of juist negatief over werk of privé omstandigheden gepraat.....

Allemaal zaken waarvan je achteraf over kunt vertellen, dat jouw in de problemen geraakte buddy al met zijn lichaamstaal heeft aangegeven niet goed in zijn/ haar vel te zitten.

En juist dát element onderscheidt ons als (verenigings) Sportduiker van de puur recreatieve duiker, die de binding door de verenigingscultuur niet heeft en veel onregelmatiger en meestal in het buitenland met onbekende mededukkers het water in gaat.

Wij kunnen met verenigingsactiviteiten zowel boven als onder water elkaar beter leren kennen, en daar op duiktechnisch niveau en veiligheid ons voordeel mee doen.

### **MOO: Monitoringproject Onderwater Oever;**

Al aangekondigd in het vorige clubblad van oktober vorig jaar.

Dit project heeft als doel oa veranderingen in het onderwaterleven te signaleren en is gestart in 1994 en wordt georganiseerd door Stichting Anemoon.

Er is inmiddels een (verenigings) account aangemaakt.

Nico ter Steege is bereid gevonden als coördinator op te treden en bij hem kun je je

opgeven om aan dit leuke project mee te doen!

Door hier aan deel te nemen als vereniging kunnen we duiktechniek, biologie en fotografie inzetten voor een goed doel en hiermee tevens onze kennis van het onderwaterleven vergroten.

Tot zover, tot later aan de waterkant of.....?  
Met vriendelijke, maar vooral sportieve (duik)groet,

**Job Roggeveen**

2\*-I NOB; nr 3639/ hoofdtrainer  
Duikclub de Meerkoeten



## VAN DE NED. ONDERWATERSPORT BOND

*Als lid van de NOB, krijg je 6x per jaar het ledenblad toegezonden.*

*Maar er zijn ook 2 websites waar je informatie kunt vinden over de duiksport.*

*Namelijk; [www.onderwatersport.org](http://www.onderwatersport.org) en [www.duikspotter.nl](http://www.duikspotter.nl)*

*Ook is er een gratis Duikergids beschikbaar.*



Op [www.onderwatersport.org](http://www.onderwatersport.org) Hier vind je het overzicht van het aanbod van de NOB, dit is voor leden, instructeurs en bestuurders. Hier lees je ook alles over de NOB opleidingen, specialisaties, verzekeringen, duikstekken en bestuurlijke zaken.

Maak een account aan en je kunt inloggen op vele zeer interessante onderwerpen.

Op [www.duikspotter.nl](http://www.duikspotter.nl) Hier vind je



informatie over alle aspecten van de duiksport.

Spannende reportages, reisverhalen en leerzame tips. Je kunt er inspiratie opdoen en heeft duikkaarten en een evenementenkalender.



### Gratis Duikersgids

Je kunt nu een gratis jaarabonnement op Duikersgids krijgen!

Om jou te bedanken voor jouw lidmaatschap krijg jij de rest van dit jaar geheel gratis een abonnement op Duikersgids. Plus online code voor de website en de app! Je ontvangt de onlinecode meteen na aanmelding per mail. De gids valt 10 dagen later in de brievenbus.

Het Duikersgids platform biedt alle duikstek informatie van elke duikstek. Duikkaarten, duikplaatsbeschrijvingen, logberichten, waarschuwingen, foto's, maar ook actuele informatie overzicht, weer en watertemperatuur. De Duikersgids is een seizoen advies met elk jaar aanraders, toplocaties met updates en nieuw ontdekte duikstekken in jouw regio!

De Duikersgids verschijnt 1 keer per jaar in februari. Je ontvangt dus de uitgave van februari 2023. Wees snel, want op is op! zie website: <https://www.duikersgids.nl/duikersgids-abonnement-nob-leden>

### LET OP!

GRATIS abonnee t.w.v. 36,50.

Het abonnement loopt daarna door tot wederopzegging.



### ZWEMBAD WEETJES

DOUCHEN (kleine moeite)

Even het vuil van je lichaam spoelen voordat je het zwembad in gaat helpt om het zwembadwater schoner te houden.

'Na vijftien tellen is de helft van het vuil weggespoeld van je lijf.

Na dertig seconden is 75 procent van het vuil weg en na ongeveer een minuut kun je stoppen, dan ben je schoon! Dat bleek uit een onderzoek uit 2017. Kleine moeite dus.



## BEZOEKJE AAN DE KWEKERIJ MORNING GLORY

*Kwekerij Morning Glory wordt sinds 1 september 2014 gerund door Chris en Caroline Tilanus en is in 1996 opgericht door Bert en Tinto Verhoog. Zij vernoemden de kwekerij naar de hemelsblauwe Ipomoea 'Heavenly Blue' ofwel de 'Morning Glory' die zij hadden groeien tegen hun huis in Zambia.*

Chris die al jaren lid is van onze duikclub. En de laatste jaren alleen nog maar te water gaat



in de Caribische wateren om er foto's te maken en lekker bij te komen van een jaar hard werken.

Chris had ons uitgenodigd om een kijkje te nemen op zijn kwekerij met zeer bijzondere bloemen en planten.

De groep die gereageerd had op de uitnodiging (red. ca.10 pers) werd niet alleen getraakteerd op koffie of thee, maar ook aan een weelde aan bloemen en planten.

Het was leuk Chris te horen platen over zijn werk, het enthousiasme spatte er werkelijk vanaf.

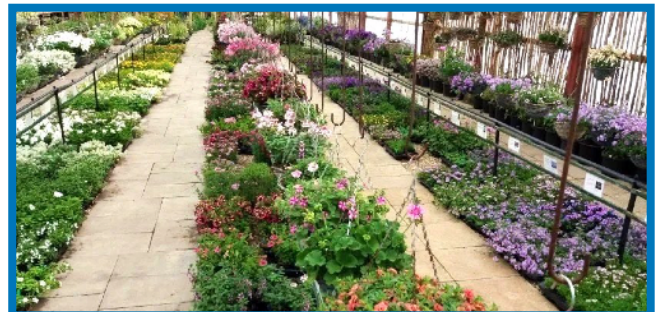
Maar wij alle begrepen dat het hard werken is om 11 maanden lang de kwekerij te van s'morgens vroeg tot s'avonds laat te beheren.

Eén van de leuke dingen die er voor ons uitsprong was de 'Hanging Basket' met als voor ons gekke opmerking; snoeien is bloeien. Er is een workshops .hanging basket, maken. Chris en Caroline geven die, in het voorjaar en najaar. Met een groep van ca.10 personen maakt je onder begeleiding en volgens een vast ontwerp een 'hanging basket' waar je vele maanden van kunt genieten.

Op de website onder Programma vindt je informatie over deze leuke workshops. ([www.kwekerijmorningglory.nl](http://www.kwekerijmorningglory.nl))

Chris en Caroline bedankt het was een leuke en leerzame avond.

adres is :  
Kwekerij Morning Glory  
Noordpolderweg 6  
1432JH Aalsmeer



---

### ZWEMBAD WEETJES

#### ZWEMMERSECZEEM

Op de vloeren rond het zwembad kun je zwemmerseczeem oplopen, oftewel voetschimmel. Bezoekers met voetschimmel verspreiden hun kwaal tijdens het lopen, waarna de aandoening kan overspringen op de voeten van de volgende zwemmer.

Zwembaden moeten hun vloeren daarom goed schoonhouden en desinfecteren.

Je kunt de kwaal simpel voorkomen door slippers te dragen als je over de natte vloeren loopt.

En door je voeten goed af te drogen voordat je je schoenen aanrekt.

Want schimmels zijn dol op vocht.

---



## HET ZEELANDWEEKEND

*Het Zeelandweekend is één van die duikdagen, die elk jaar weer op de evenementenlijst staan. We doen het al vanaf de eindjaren zeventig. De eerste jaren in Ellemeet en in de jaren negentig in een oude schuur in Renesse en de laatste jaren, ergens vanaf 2003, verblijven we op de Witte Boulevard in Renesse.*

In het weekend van **vr. 8 t/m zo.10 sep. 2023** heeft de Duikclub weer haar jaarlijkse 'Zeelandweekend' op de agenda staan. En zoals de gebruikelijk vertoeven we dat weekend in een huisje op de Witte Boulevard in Renesse. De kosten van het weekend zijn vanwege de stijgende prijzen verhoogd naar 120 euro. (aanbetaling is 50 euro en het restant moet uiterlijk 5 september betaald zijn) Doe de betalingen op:

NL84 INGB 000 28 78 244 tnv Duikclub de Meerkoeten o/v aanbetaling Zeelandweekend en de namen van de deelnemers. We hebben alléén een reservering voor het huisje voor 12 personen. Gaan er meer mee, dan huren we er een huisje bij, maar dat kan natuurlijk niet op het allerlaatste moment. Doe daarom zsm je aanbetaling.

De traditionele vrijdagavond maaltijd zal plaats vinden in Restaurant PicNick, Hoogenboomlaan 28 Renesse op loopafstand van de Witte Boulevard.



Buiten de goed verzorgde maaltijden, zal dit weekend ook in het kader staan van de opleiding 2-de ster en de fotografie cursus.

We kunnen vanaf vrijdag 15:00 uur in het huisje terecht. Het is hetzelfde huisje als vorig jaar. Het adres van de Witte Boulevard

is Zeedistelweg 10 in Renesse. Om met je auto het terrein op te kunnen, moet je kenteken in het toegangssysteem staan. Geef dus je kenteken aan ons door en hoe laat je denkt te komen. Niet alle auto's kunnen op het terrein. Geef ook even aan of je op de vrijdag mee uit eten wilt. We moeten tijdig reserveren, willen we daar met z'n allen terecht kunnen.



Vergeet niet je eigen handdoek, slaapzak en kussensloop mee te nemen! Je kunt eventueel een lakenpakket bij de Witte Boulevard bestellen, maar dat moet je zelf even regelen.



## ZWEMBAD WEETJES

### POEL DES VERDERFS

Een schoon zwembad is schoon totdat er mensen in komen zwemmen.

Die nemen van alles mee het water in. Huidschilfers, haren en bacteriën, maar ook zweet, speeksel, huidvetten, snot, urine, make-up en haargel. [ red. lekker ..... ]

Mensen die tussen het zwemmen door opdrogen in de zon en daarna weer in het water plonzen, zorgen voor resten zonnebrandcrème, zand, gras, en andere viezigheid. Het 'chloor' in het water (hypochloriet) breekt veel van die stoffen af.

Als het in aanraking komt met urine en zweet, ontstaat er trichlooramine.

Daarvan krijgen sommige zwemmers prikogen. Het chloor is dus actief als er vuil in het water zit. Je voelt en ruikt het dan...

## NOB SPECIALISATIE NITROX BASIS

Op veel duiklocaties zou je soms wat langer onderwater willen blijven: er zijn bijvoorbeeld bijzondere vissen te zien, er ligt een groot wrak dat je wil verkennen of je wil simpelweg langer genieten van het 'onderwater zijn', Of op je duiktrip in het buitenland, gaan ze er vanuit dat je met nitrox wilt duiken.

Herken je dit gevoel of kom je in z'n situatie? Dan is de specialisatie 'Nitrox Basis' wellicht iets voor jou. Na deze specialisatie kun je namelijk duiken met een nitroxmengsel tot EAN40, waardoor je langer onderwater kunt blijven.

### NITROX Mengsel / Partiele Zuurstofdruk / MOD

EANx	fO2	pO2	MOD	pO2	MOD
Mengsel	Fractie zuurstof	Partiele Zuurstofdruk	Max.toegestane diepte	Partiele Zuurstofdruk	Max.toegestane diepte
%	[f]	bar	meters	bar	meters
21	0,21	1.4	56.7	1.6	66.2
31	0,31	1.4	35.2	1.6	41.6
32	0,32	1.4	33.8	1.6	40.0
33	0,33	1.4	32.4	1.6	38.5
34	0,34	1.4	31.2	1.6	37.1
35	0,35	1.4	30.0	1.6	35.7
36	0,36	1.4	28.9	1.6	34.4
37	0,37	1.4	27.8	1.6	33.2

De lucht die we dagelijks in ademen, heeft een percentage van 21% zuurstof. Deze zit ook in de duikfles als je deze vult met perslucht en kent een maximale toegestane duikdiepte van ca.56 meter.

Nitrox is een gasmengsel dat bv. 32% zuurstof bevat, met als gevolg een maximale duikdiepte van ca.33 meter, maar je kunt daarbij langer op diepte blijven.



De cursus zal normaal bestaan uit 2 theorie avonden met een eindtoets en 2 buitenduiken.

## CLUB PET EN/OF MUTS (Sponsoring van Job Roggeveen)

Beste leden,

Dit artikel heeft ook in de vorige clubkrant gestaan. Er zijn nog een aantal exemplaren verkrijgbaar.

Job heeft een leuke aanbieding voor jullie: een blauwe pet en/of muts met het geborduurde embleem van de duikclub er op. De pet en muts komt er bijvoorbeeld zo uit te zien:

Dus geen goedkope troep met een sticker. En dat voor maar € 7,50. Veel minder dan de kostprijs en het bedrag komt ook nog eens geheel ten goede aan onze duikclub. Hoe is dat mogelijk?

Door sponsoring van het bedrijf van Job. [roggeveen assurantiën]

Hij koopt de petten, mutsen en emblemen en laat daar de verenigingspet/muts van maken.

Waarom doet Job dat? Wat Job mooi lijkt, is dat wij langs het water herkenbaar zijn als Duikclub De Meerkoeten en daar heeft hij graag wat voor over. Dat werkt alleen als veel van onze leden deze pet hebben én deze ook echt dragen bij clubevenementen of in onze vrije tijd.

Dus in ieder geval altijd bij clubduiken of BBQ op Zandeiland 4 en altijd tijdens het Zeelandweekend.

Onder water opzetten hoeft niet, maar kán dankzij het geborduurde embleem wel.




Wij als bestuur zijn heel blij met het aanbod van Job en hopen dat jullie allemaal zo'n pet willen én hem gaan dragen. Wat vragen we je? Laat Job ([j.roggeveen@casema.nl](mailto:j.roggeveen@casema.nl)) via een mail weten of je zo'n pet en/of muts wilt. Je kunt per lid maximaal 2 items bestellen. Meer mag ook, maar dan betaal je voor die petten of mutsen de kostprijs. Als er voldoende belangstelling is, komt Job in actie.



# TODI BERINGEN EN NEMO33 BRUSSEL

*Het lijkt ons leuk, als duikclub, om in de komende winter eens een duikje te gaan maken in het 'zwembad' TODI in Beringen en/of NEMO33 in Brussel.*

 **TODI de ultieme experience,** ze bieden het gehele jaar door verschillende onderwatersporten en evenementen aan, voor alle gelegenheden. Je kunt er duiken en tussen 5.000 tropische zoetwatervissen zwemmen.

Na afloop kan je er gezellig eten in de brasserie.

Het is ook een mooie gelegenheid om de cursus OW-fotografie af te sluiten. En te laten zien wat je allemaal kunt met je OW-camera.

TODI is dus een zoetwaterbad met tropische zoetwatervissen. Ook zijn er diverse andere obstakels in het bad geplaatst. Echt een hele belevenis voor elke duiker.


Het verhaal omtrent dit zwembad en de mogelijkheden is een te groot om in dit blad op te nemen.

Voor meer informatie raadpleeg de website: [www.todi.be/nl/onderwatersport/duiken/](http://www.todi.be/nl/onderwatersport/duiken/)

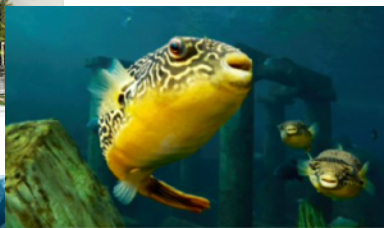
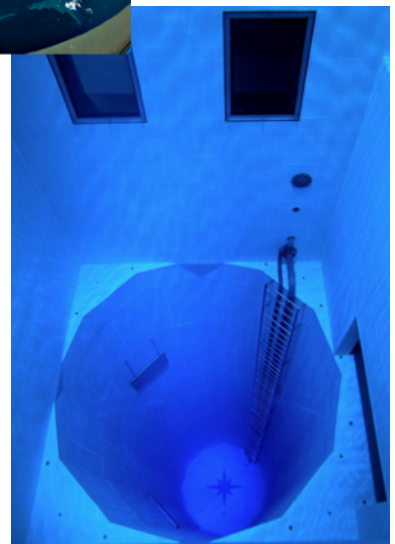
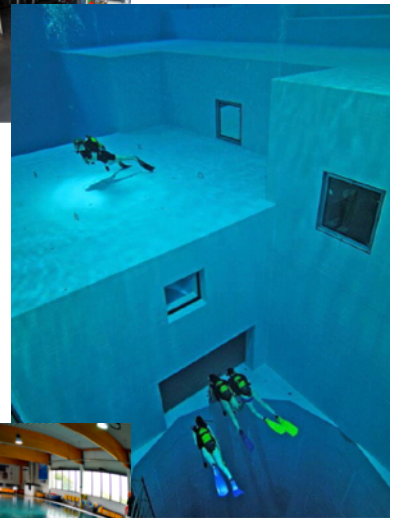
We proberen dit als evenement te plannen eind oktober begin november van dit jaar.

Ook een bezoekje aan NEMO33 Brussel is een mogelijkheid. We zijn hier al een paar keer geweest en is een bijzondere ervaring, om af te dalen naar 33 meter.

De verblijfsduur in het NEMO bad is 1 uur, dit is bij TODI standaard 2 uur. Bij beide baden is de entree incl. fles, lood en trimvest.

 **NEMO33** is al 10 jaar wereld diepste duik zwembad een belevenis op zich.

Ook hier is er een mogelijkheid om na de duik het restaurant te bezoeken. In het restaurant zitten een aantal ramen die zicht geven in het 33 meter diepe bad.



## PUZZEL PUZZEL PUZZEL

De winnaars van de puzzel van ons laatste clubblad waren: Frank, Dirk Jan en Gert. Zij krijgen het zomer pakket. Doe mee en onder de goede inzendingen wordt een cadeau-pakket verloot.

### PUZZEL - DUIKBLAD

W	R	E	G	E	I	L	V	I	K	H	B	R	
E	A	M	R	A	W	L	G	Z	N	A	A	A	
L	E	T	E	E	I	G	W	E	D	N	L	K	
K	Z	Z	E	N	I	E	R	M	J	G	R	E	
E	L	W	D	R	M	E	I	A	P	M	U	B	
I	I	E	E	B	P	N	O	A	S	A	U	A	
T	R	R	R	M	T	I	R	R	N	T	V	R	
N	B	O	A	O	M	A	S	I	P	D	P	B	
A	E	K	N	I	J	S	E	U	T	B	S	M	E
K	N	U	I	O	K	T	N	N	O	Z	A	C	
A	N	S	L	I	P	P	E	R	S	O	K	U	
V	O	E	C	O	C	K	T	A	I	L	L	E	
N	Z	L	E	E	T	S	A	K	D	N	A	Z	

**Zo doe je mee!** los de woordzoeker op en de overgebleven letters vormen achter elkaar de oplossing.

Onder de goede inzendingen wordt een leuke prijs verloot.

Je kun de oplossing sturen naar de redactie van dit blad.

Sluitingsdatum is 30 augustus 2023

BADMINTON	PARASOL	WATERPISTOOL
BAL	RANJA	ZANDKASTEEL
BARBECUE	SLIPPERS	ZEE
BOS	SPROEIER	ZON
COCKTAIL	TUIN	ZONNEBRIL
GRAS	VAKANTIE	ZWEMBROEK
HANGMAT	VLIEGER	ZWEMMEN
KAMPEREN	VLINDER	IJS
KAMPVUUR	WARM	

OPLOSSING


## CLUB AGENDA

De evenementen in deze agenda bestaat uit buiten duiken, zwembadtrainingen, opleidingen zoals brevetten en specialties, maar ook niet duik gerelateerde evenementen.

Duikclub De Meerkoeten - club agenda - seizoen 2023			
datum / aanvang	onderdeel	clubduik en/of training en opleiding info	les info & opmerkingen
vr. 28-07-2023 / aanv. 19:00	buitenwater	? open ? lokatie later te bepalen	Duikleider: ??? / Thema:
vr. 04-08-2023 / aanv. 19:00	buitenwater	Zandeiland #4 te water ca 19:30 uur	Duikleider: ??? / Thema:
vr. 11-08-2023 / aanv. 19:00	<b>Club Barbecue</b>	Zandeiland #4 te water ca 19:30 uur / BBQ begint na de duik.	de 'niet' duikers zijn welkom vanaf 19:30 voor een hapje en een drankje. De BBQ begint om 20:15
do.17-08-2023 / aanv. ??	<b>Zeeland duiken</b>	<b>Zeeland duik</b> (Zeelandbrug of Bergsediepsuis)	Duikleider: ??? / Zeelandbrug LW ca.11:10 uur / Bergse Diepsuis
vr. 18-08-2023 / aanv. 19:00	buitenwater	Zandeiland #4 te water ca 19:30 uur	Duikleider: ??? / Thema:
di. 22-08-2023 / aanvang:19:30	Theorie 2-de *	Theorie "diepduik" / Lokatie: Portenen17 Kockengen.	2-de ster theorie "diepduik"
wo.23/do.24 / vr.25/za.26-08	buitenwater	Praktijk oefening "diepduik" één van de volgende dagen na de theorieavond. dus nader te bepalen.	Praktijk oefening "diepduik" in overleg met instructeurs en duikers.
vr. 25-08-2023 / aanv. 19:00	buitenwater	? open ? lokatie later te bepalen	Duikleider: ??? / Thema:
vr. 01-09-2023 / aanv. 19:00	buitenwater	Zandeiland #4 te water ca 19:30 uur	Duikleider: ??? / Thema: voorbereiding ongevalsimulatie
zo., 03-09-2023 / aanv. 14:00	<b>ongeval simulatie</b>	Zandeiland #4 aanwezig om 14:00 uur Tekst	Duikleider: ??? / Thema: ongeval simulatie. ism div duikverenigingen
vr.08-09-2023 / vanaf 15:00	<b>Zeelandweekend</b>	huisje Renesse Witte Boulevard	Diverse duiken 'fun' en in het kader 2-de ster.
za.09-09-2023 / gehele dag	<b>Zeelandweekend</b>	huisje Renesse Witte Boulevard	Diverse duiken 'fun' en in het kader 2-de ster.
zo.10-09-2023 / tot 12:00	<b>Zeelandweekend</b>	huisje Renesse Witte Boulevard	Diverse duiken 'fun' en in het kader 2-de ster.
vr.15-09-2023 / aanvang 19:00	buitenwater	Zandeiland #4 te water ca 19:30 uur	Duikleider: ??? / Thema:
vr.22-09-2023 / aanvang 19:00	buitenwater	Zandeiland #4 te water ca 19:30 uur	Duikleider: ??? / Thema:
		rest van het programma volgt	
<b>zwembad training</b>			
<b>theorie les</b>			
<b>buitenwater opl.duik cq les</b>			
<b>clubduik &amp; evenement</b>			
Alle geplande <b>binnenwater trainingen</b> vinden plaats in: geen			<b>adres zwembad:</b> Sloterparkbad Amsterdam
Alle geplande <b>club- en opleidingsduiken</b> worden ook via <b>Whats App</b> bekend gemaakt, in de 'app' worden ook de laatste aanpassingen en tijden vermeld.			<b>voor info en aanpassingen: neem contact op met:</b> Job of Rene

=====

=====



In de herhaling; Onderstaand schrijven is van de club barbecue van 2022 en is op verzoek nogmaals geplaatst.

De CLUB-BBQ van dit jaar staat gepland voor vrijdag 11 augustus.

## CLUB BARBECUE 2022

*De Club Barbecue van afgelopen vrijdagavond 19 augustus was een groot succes. Niet alleen van wegen het lekkere weer of de de goed verzorgde BBQ van Marc de By, maar ook doordat er vele oud leden hadden gereageerd op de uitnodiging, dus het was gezellig druk.*

Marc had de 'grote veldkeuken' meegenomen en het eten en drinken was wederom goed geregeld. Er was gekozen voor een plekje op de parkeerplaats net achter de bomen rand. Zodat de wind geen invloed had op de barbecue.

Er werd die avond niet gedoken, zodat het een lange en gezellige barbecue werd. Al heel vroeg werd het kampvuur ontstoken en zatten de meeste rond het vreugden vuur.

Oude verhalen werden opgehaald en het werd nog laat daar op de parkeerplaats. Een evenement wat we jaarlijks laten terugkeren, iets om naar uit te kijken.





## CURSUS OW-FOTOGRAFIE

[ ELKE FOTO VERTELT EEN  
VERHAALTJE ]

*Ben je uitgekeken op gewoon een duikje maken, ga dan voor een duik-specialty. Dit geeft je hobby weer een 'boost' en je leert omgaan met andere technieken en je verrijkt je zelf. Eén van die specialty's is de onderwater-fotografie of OW-videografie.*

Afgelopen voorjaar had Rene een onderwaterfotografie (en video) cursus op de clubagenda gezet.

De cursisten kregen een boekwerk, met basistechnieken van de fotografie en de speciale OW-fotografie.

Rene had ook 2 OW-camera's beschikbaar gesteld.

De cursus bestond uit:

- Leer omgaan met je camera (zelf doen)
- Oefenen bij de keukentafel (zelf doen)
- Een theorie avond (bij Rene thuis)
- Eén á twee praktijklessen (zwembad)
- Gezamenlijke evaluatie

De 3 groepjes bestonden uit:

Karel en Lydia / Nico en Bas / Job en Bart  
(de laatste twee moeten nog hun theorie-avond volgen)

Hieronder een aantal foto's die tijdens de cursus zijn genomen. Onder het motto: "zonder licht geen foto"

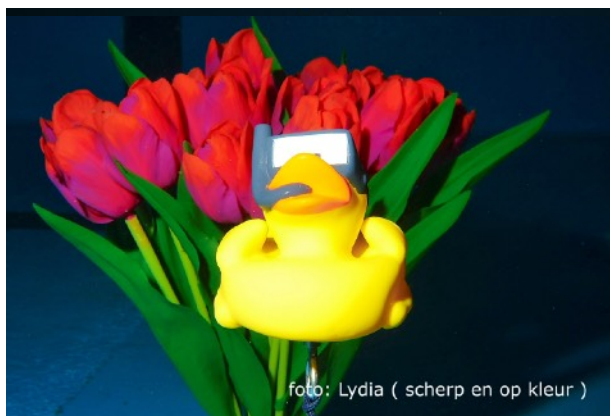


foto: Lydia ( scherp en op kleur )



foto: Bas ( bij de keukentafel )



foto: Bas ( geen stof )



foto: Nico ( komb uit video )



foto: Karel ( goed op kleur en stofvrij )



foto: Nico ( uit video )



foto: Bas ( ogen zichtbaar )