



KONINKLIJKE NEDERLANDSE ZWEMBOND

Protocol: POPDUIKEN EN VERVOEREN

Popduiken is een verklaring van de leercoach & praktijkbegeleider, waaruit blijkt dat het volgende is gedemonstreerd.

- Het gekleed (lange broek & minimaal een shirt) te water gaan vanaf de bassinrand met een sprong, waarbij het hoofd boven water blijft en 10 meter zwemmen op de borst met het hoofd boven water.
- Het vanaf de wateroppervlakte in één keer kunnen opduiken van een reddingspop, welke op een diepte van circa 3 meter ligt.
- Wanneer het zwembad die diepte niet heeft moet wel tenminste drie meter onderwater gezwommen worden.
- De minimale diepte moet 2 meter bedragen. Het kunnen vervoeren van een drenkeling (medecursist) over een afstand van 10 meter tot aan de bassinrand van het bad, waarbij het hoofd van de drenkeling boven water blijft.
- Het (samen met een medecursist/assistent) op de kant brengen van de drenkeling.

Naam cursist	Désirée Emmen		
Examendatum	13-3-2013	Plaats	Aalsmeer
Expert 1	<i>Koen de Heer</i>		
Expert 2	<i>Martijn van den Maagdenberg</i>		

BEOORDELING: **VOLDOENDE / ONVOLDOENDE***

*doorhalen wat niet van toepassing is

Een onvoldoende beoordeling hieronder motiveren.

Handtekening Expert 1

Handtekening Expert 2 (optioneel)

Motivatieruimte:

De KNZB adviseert de cursist dit protocol goed te bewaren.