

Basisuitrusting Snorkelen

Alles wat je nodig hebt

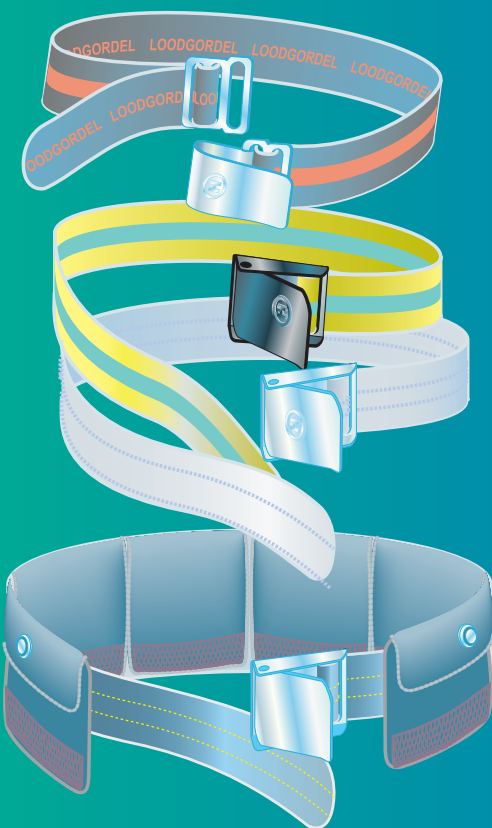
De loodgordel

Een loodgordel is weer zo'n ding waar je je écht geen buil aan kunt vallen. Bij de duikshop kun je misschien nog kiezen uit verschillende kleuren band -allemaal goed- maar veel keus in gespen zal er niet zijn.

Gordel 1, de haakgesp is een prima systeem, dat je maar één keer op de juiste lengte hoeft af te stellen. Loodblokken toevoegen of verwijderen is echter een flink gedoe. Je komt dit soort riemen nauwelijks nog tegen. Iedereen is overgestapt op de gemakkelijke klemgesp van **gordel 2** en **3**.

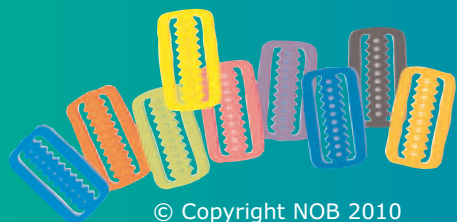
En dat is maar goed ook, want het voordeel van een simpele en uniforme gesp, die iedereen blindelings kan losmaken, spreekt voor zich. Een blok eraan of eraf gaat ook makkelijker en omdat je de riem niet hoeft te verstellen, kun je hem zowel in het zwembad als buiten over je pak gebruiken. Maar niemand doet dat. De gesp is gemaakt van kunststof (**2**) of roestvrijstaal (**3**).

Gordel 4 is speciaal gemaakt voor zogenaamd soft-lood. Dat draagt bijzonder comfortabel, maar is wel een stuk duurder dan de harde blokken die iedereen gebruikt. Bijna niemand gebruikt zo'n gordel voor de training in het zwembad, hoewel dat toch heel wat beter voor de tegeltjes zou zijn...



Het Lood

Lood is er in 3 vormen: kaal, geplastificeerd en in de vorm van hagelkorrels. Die korrels zitten keurig verpakt in zakjes, die véél minder hard aanvoelen dan 'gewoon' lood. Je raadt het al: dat noemen ze nu 'soft' lood.

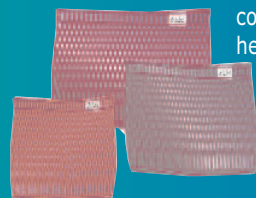


© Copyright NOB 2010



Kaal, ongeplastificeerd lood is niet erg mooi en ook niet goed voor het milieu. als je er vaak mee traint, slaat het al snel grauw uit. Dat heb je natuurlijk niet bij geplastificeerd lood.

Soft-lood is wat duurder, maar véél comfortabeler. Loodblokken zet je het best stevig vast op je gordel met zogenaamde lood-stoppertjes van gekleurd plastic of roestvrij staal.



De Duikbril

Duikbrillen zijn er te kust en te keur, maar wat je bij de duikshop vindt is meestal goed te gebruiken. Toch moet je je bril met zorg kiezen. In de speelgoedwinkel moet je zeker niet zijn. Niets is erger dan een bril die niet past of steeds vol water loopt.

Pas ook op voor gimmicks. Ingebouwde waterloosventielen zijn meestal niet erg zinvol, ruitjes aan de zijkant ook niet en gebogen ruitjes geven onder water een hinderlijk vertekend beeld.

Let op: Je duikbril moet perfect aansluiten!

Druk de bril tegen je gezicht en adem zachtjes door je neus in. De bril moet nu, ook zonder de hoofdband, goed op zijn plaats blijven zitten. Stel de band niet te strak af en trek hem over je hoofd. Voel of de bril comfortabel zit. Adem weer in en luister of je misschien lucht hoort sissen. Is het stil en kun je de bril zo iets naar binnen zuigen, dan is de pasvorm goed.



- Perfecte pasvorm
- o Zwart of transparant siliconen?
- Klein volume
- Glas met CE keurmerk
- o Makkelijk verstelbaar?
- Dubbele binnenrand
- Groot blikveld
- Is je neus goed bereikbaar?
- Nog kleiner volume?

• Belangrijk
o Minder belangrijk

Veel brillen kunnen direct door de duikshop van eenvoudige optische correctieglazen (min) worden voorzien. Voor moeilijkere correcties zoals plus, cilinder, multifocaal of een z.g. 'leesbrilletje' zie:

www.proteye.nl of [www.ogen.com](http://www ogen.com)

De Snorkel

Een snorkel kiezen lijkt héél eenvoudig. Ongeveer de enige raad die iedereen je spontaan meegeeft is dat er geen ping-pong balletjes of klepjes aan de bovenzak mogen zitten. Een goede snorkel is van boven gewoon open en omdat dit uitrustingsstuk van nature krom is, spreken we van het 'Open J-type'. Moderne snorkels zijn wat dikker dan ouderwetse, dat scheelt namelijk in ademweestand.

Hoe eenvoudig een snorkel ook mag zijn, als je een goede zoekt, kun je toch maar beter meteen naar een gespecialiseerde duikshop gaan. In andere winkels vind je meestal niet veel meer dan goed bedoelde spelelingetjes, volstrekt ongeschikt voor een serieuze training!

Zo'n duikshop heeft keuze genoeg en als je even voorbij alle harmonicaslansen en loosventielen kijkt, zul je zien dat er toch nog meer dan genoeg verschillen in de pasvorm van het mondstuk zijn om daar een serieuze studie van te maken. Happen en proberen!

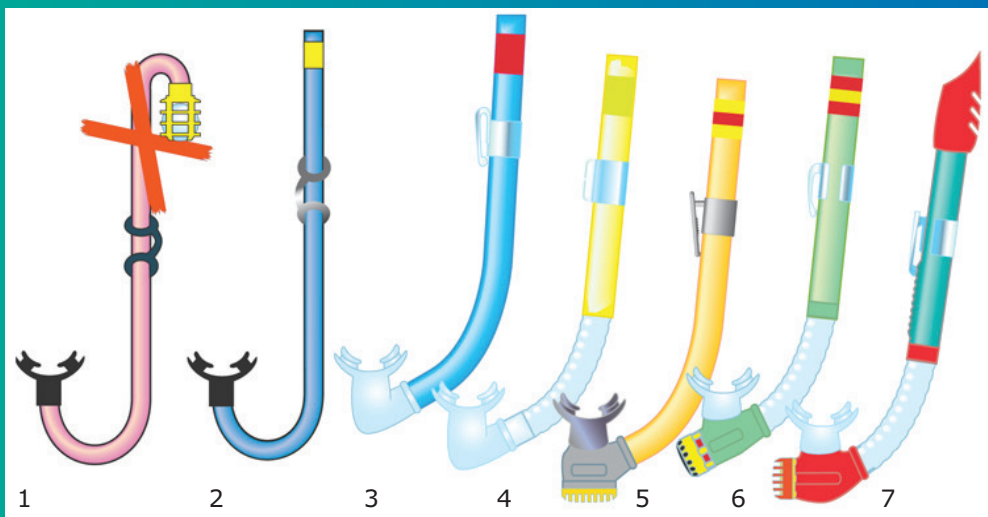
Een flexibele buis is niet beter dan een stijve, maar wel wat duurder.

Ook een waterloosventiel drijft de prijs op, maar zo'n ding heeft hier wel degelijk nut. Je werkt het water er veel makkelijker mee weg, om te snorkelen zonder te slobberen.

Aan iedere snorkel zit wel iets, waarmee je hem aan het bandje van je duikbril kunt zetten.

Tijdens je opleiding zul je je snorkel echter veel liever tussen je hoofdband steken, zodat je hem snel los kunt maken als dat voor een oefening nodig is. En daarna ben je dat houdertje misschien wel helemaal vergeten...

Tenslotte zijn er ook nog snorkels met een zogenaamde 'splash caps'; een kapje dat ongewenst water moet weren, als je in de golven zwemt. Erg effectief zijn die dingen niet, maar ach, het oog wil ook wat en zolang er geen beweegbare delen in zitten kan het geen kwaad.

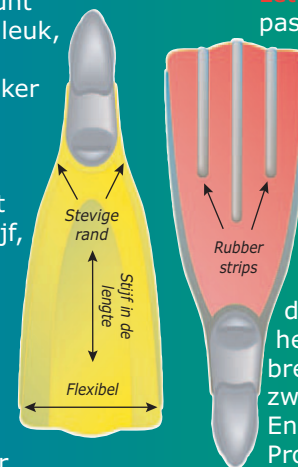


1) Snorkel met ping-pong balletje. Gevaarlijk speelgoed, niet kopen. 2) Klassieke open J-snorkel. Let op: Ouderwets, oncomfortabel mondstuk. 3-4) Moderne snorkels met comfortabel siliconen mondstuk, zonder verdere extra's. 5-6) Moderne snorkels met waterloosventiel. 7) Zeer luxe snorkel met waterloosventiel, flexibele buis, bandhouder met klikverstelling en 'splash cap'; een beetje veel van het goede, allemaal.

De Vinnen

Kies je vinnen met zorg. Verkeerde vinnen kunnen je kramp bezorgen of je zo ver op achterstand zetten dat je niet met de anderen mee kunt komen. Dat is geen van beide leuk, maar in het buitenwater, bij stroming en wind, kun je je zeker geen verkeerde vinnen veroorloven.

Het blad mag in de lengte best stevig zijn, zelfs een beetje stijf, maar in de breedte moet het flexibel zijn. Opzij van de voet en verder naar voren hoort daarom, aan beide zijden, een stevige rand te zitten. Hoe verder naar voren, hoe verder het blad door moet kunnen buigen. Gelukkig zijn er nog genoeg vinnen die aan dit signalement voldoen, maar je hebt de beste kans om die te vinden bij een gespecialiseerde duikshop.



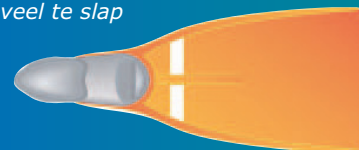
Daar hebben ze ook genoeg keuze om een perfect passend paar te vinden.

Let op: Het schoentje moet goed passen, maar mag beslist niet te strak zitten. Liever iets aan de ruime, dan aan de krappe kant.

Sommige fabrikanten proberen het rendement van hun vinnen te vergroten door rubber strips in het blad te verwerken. Als die strips door en door gaan, maken ze het blad nóg flexibeler in de breedte, zodat het tijdens het zwemmen hol komt te staan. En dat heeft écht effect! Probeer bij aankoop dus altijd even of je het blad makkelijk overdwars kunt buigen. Hoe minder kracht je daarvoor nodig hebt, hoe efficiënter de vin.

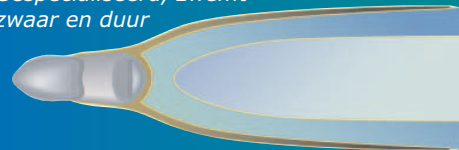
Nóg meer vinnen

Goedkoop en veel te slap



Ze zien er best mooi uit, met hun frisse kleurtjes en hun indrukwekkende poorten, maar de vinnen die je in de sportshop of speelgoedwinkel vindt, zijn meestal véél te slap en waardeloos voor de duikopleiding. Die gaten dienen trouwens nergens voor, dus niet doen.

Gespecialiseerd, zwemt zwaar en duur



Ook heel mooi; extra lange vinnen. Maar alléén voor wie sterk genoeg is en er een wedstrijd mee moet zwemmen. Dit is niks voor de gewone duiker, die krijgt er alleen maar kramp van. Niet doen.

Dubieus rendement bij inspanning en duur



Vinnen met scharnierende bladen; daar zit een hele filosofie achter en de fabrikanten zweren dat ze héél licht zwemmen. Misschien wel, maar op het moment dat je écht kracht moet zetten, blijken ze nét te veel door te buigen en verliezen ze hun effectiviteit. Niet doen.

Vereist dubieuze zwemslag en duur



Vinnen met een spleet over de lengte; dat ziet er ook heel spannend uit. En er zijn fanatieke voorstanders die van niets anders willen weten. Ze zwemmen héél licht, zegt men, als je een flutterende slag toepast. Dat is nooit erg efficiënt en zeker niet bij een duikopleiding. Niet doen.