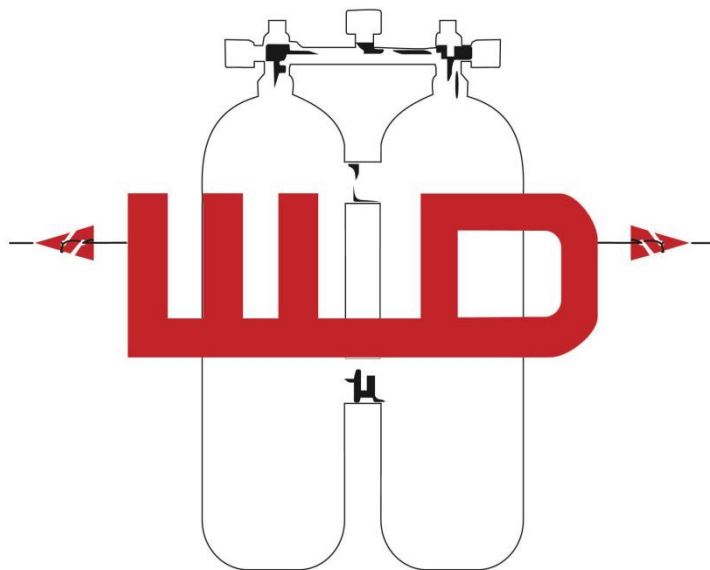


WUD 教练手册 2018
WUD INSTRUCTOR MANUAL 2018
中文 / Simplified Chinese



© WUD 2018

未经许可，本产品不得以任何形式复制，销售或者发行
WUD 深圳2012年发布,2018年修订

Published by WUD, Shenzhen GD CHINA

身为WUD教练

- * 我们要保持探索未知世界的心
- * 教导他人用心欣赏美丽的水底世界，无论是海底的珊瑚，古老的沉船还是幽深的洞穴
- * 肩负和教导他人保护自然环境的责任
- * 传播正能量，积极进取和热爱生活的态度

「“The impossible missions are the only ones which succeed.”

Jacques Cousteau

WUD COURSE STANDARD

© WUD PRIMARY 2018

未经许可，本产品不得以任何形式复制，销售或者发行

WUD的历史(History)

WUD 的成立2010年，源于探索，记录和保护中国水下洞穴的想法。几名年轻的中国洞穴潜水员酷爱探索鲜为人知的水下封闭空间，从最早的额美国佛罗里达，墨西哥尤卡坦和法国劳特等地的水下洞穴到中国的广西，广东地区。中国国内在2010年以前鲜有洞穴潜水训练和团队，WUD的成立就是为洞穴潜水探索而制定潜水训练体系，制定探险活动的目标，参与要求，责任分工和紧急情况处理程序。

WUD的训练目的是让潜水员具备出色的个人技巧，良好的团队配合能力和潜水意识，并且知道如何选择恰当的潜水装备。这些素质是洞穴潜水员必须具备的。随后将这些训练方法扩展到休闲潜水和其他技术潜水领域。

迄今为止WUD已经开启了多个洞穴探索和测绘项目，包括广西喀斯特项目（GXKSP），中国淡水湖深潜项目（CLEP），菲律宾喀斯特项目（PHKSP），WUD也与很多著名潜水员及机构合作探索，比如在墨西哥和RAZOR团队一同开展探索项目，和曾经的深潜记录保持者PASCAL一同在中国进行洞穴探索，和菲律宾FCD潜水员一同开展菲律宾洞穴探索，WUD是个开放的组织，善于吸收新的理念和知识，保持在行业的最前端。

WUD也与很多著名潜水员及机构合作探索，比如在墨西哥和UTD一同开展探索项目，和曾经的深潜记录保持者PASCAL一同在中国进行洞穴探索，和菲律宾FCD潜水员一同开展菲律宾洞穴探索，WUD是个开放的组织，善于吸收新的理念和知识，保持在行业的最前端。

WUD的特点就是永远强调教练员的高质量，所有教练都是经过精挑细选。WUD对所有教练在技能，知识和职业道德方面都有充分的认识，WUD也通过各种方法来保证统一的教学标准和品质。

WUD发展记录:

2008年开始王远，王涛，李云奇和陈明等潜水员开始进行洞穴潜水探索
 2010年WUD由王远，李云奇和王涛等洞穴潜水员一同成立，总部设在深圳
 2010年起，WUD开始在地进行洞穴探索和组织训练
 2013年WUD由王远任技术总监
 2014年WUD开始精挑细选潜水教练，开展休闲潜水训练
 2014年WUD开始在中国及菲律宾开设潜水中心

如何使用WUD教练手册 (How to use this manual?)

本手册是针对WUD课程予以规定。但WUD的标准并不能取代当地的法令法规，无论在何处教学都要遵守当地法规。

WUD教练需要先浏览一般标准程序，然后具体的课程需要参考具体课程的标准

一般程序标准和程序

一般程序标准适用WUD所有的课程及活动，除非具体课程标准中有规定，任何一门课程如果没有明确的标准阐述，一般标准程序都适用。

一般标准程序分为两部分:

- 总体训练标准和安全指引-你可以在这里找到关于训练所需要的装备和注意事项
- 文件和行政程序-这里列举了在训练时需要文书程序，例如，文件需求、注册程序、质量管理、意外事件报告、转学等。

具体课程指引

具体课程指引中包括了课程的参加条件，学时，范围，理论，陆地练习和水下练习等

内 容 (Contents)

一般标准程序(General standards and procedures)

标准 (Standards)

- 定义和名词解释 (Terms and definitions)
- WUD教练 (WUD instructor)
- 教练职业道德认同与守则 (Instructor agreement and disciplines)
- WUD教练班总体参加资格(General prerequisite for IDC courses):
- WUD教练身份 (Instructor status)
- WUD训练总体标准(General standards)
- WUD训练指引(Training guidelines)

程序 (Procedures)

- 证书程序 (Certification procedures)
- 文件(Documents)
- 表单(Forms)
- 事故报告(Incident reports)
- 课程连接(Course links)

具体标准程序 (WUD Course standards)

潜水员课程 (Diver courses)

- 进阶基础潜水员课程 (Advance foundation course)
- 侧挂潜水员课程 (OW Side mount course)
- 推进器潜水员课程(DPV course)
- 技潜基础潜水员课程(Technical foundation course)
- 侧挂洞穴基础潜水员课程(Side mount cave fundamental course)
- 深潜1潜水员课程(Tech deep 1 course)
- 深潜2潜水员课程(Tech deep 2 course)
- 深潜3潜水员课程(Tech deep 2 course)
- 洞穴1潜水员课程(Cave 1 course)
- 侧挂洞穴1潜水员(Side mount cave 1 course)
- 洞穴2潜水员课程(Cave 2 course)
- 洞穴3潜水员课程(Cave 3 course)
- 侧挂洞穴2潜水员(Side mount cave 2 course)
- 侧挂阶段气瓶洞穴潜水员课程 (Side mount stage cave course)
- 进阶侧挂洞穴潜水员课程(Side mount advance cave course)
- 沉船1潜水员课程(Wreck 1 course)
- 沉船2潜水员课程(Wreck 1 course)
- 沉船3潜水员课程(Wreck 1 course)
- JJCCR MOD1
- JJCCR MOD2
- JJCCR MOD3

潜水教练课程(Instructor courses)

- 进阶基础教练课程 (Advance foundation instructor course)
- 开放水域侧挂教练课程 (OW Side mount instructor course)
- 推进器教练课程(DPV instructor course)
- 技潜基础教练课程(Technical foundation instructor course)
- 侧挂洞穴基础教练课程(Side mount cave fundamental instructor course)

- 深潜1教练课程(Tech deep 1 instructor course)
- 深潜2教练课程(Tech deep 2 instructor course)
- 深潜3教练课程(Tech deep 3 instructor course)
- 洞穴1教练课程(Cave 1 instructor course)
- 侧挂洞穴1教练课程(Side mount cave 1 instructor course)
- 洞穴2教练课程(Cave 2 instructor course)
- 侧挂洞穴2教练课程(Side mount cave 2 instructor course)
- 洞穴3教练课程(Cave 3 instructor course)
- 沉船1教练课程(Wreck 1 instructor course)
- 沉船2教练课程(Wreck 2 instructor course)
- 沉船3教练课程(Wreck 3 instructor course)

一般标准程序 (General Standards)

- 标准 (Standards)

定义和词汇解释 (Terms and definitions)

证书：证书 ("C-Card") 记录一个潜水学生已经完成了WUD某一课程的全部要求。教练确认课程完成，交叉评价，提交录像后，WUD后台人员审核后签发。

WUD教练：由WUD认可和许可来教授一种或多种潜水课程的个人。教练需要达到每年的教练资格更新标准。教练应该受过正式的课程准备、计划、讲课、泳池技巧和开放水域技巧教授方法的训练，并且完成作为合格教学助手的训练，同时应该通过WUD要求的笔试以证明拥有教练应有的理论，WUD教练只能签发其被许可教授的课程证书。

教练训练官 IT

可以培养WUD教练的高级别教官，但是无法直接颁发教练证书，需要IE考核

教练考核官 IE

对WUD教练进行考核的WUD工作人员

合格的教学助手：完成某一具体WUD课程的潜水员，具备监督学生的能力（WUD潜水长以上级别或者其他协会类似课程）。所有助手在开放水域中的协助教学活动都应该由教练亲自监督。完成正式的关于教学计划、安排、控制、急救的训练。救援技巧需要在需要在协助水中教学之前完成。

限制水域：任何提供了类似游泳池训练条件的水域。必须达到课程所要求的能见度。对于潜水，不要超过6米，或者在6米有平台。该水域不应该有波浪，不应该在封闭空间中，比如沉船、洞穴、浮冰应该可以直接到达水面。

开放水域：开放水域就是远大于泳池的水体，潜水员可以在当中体验到天然水体形成的典型环境。因为水族箱等人造场所无法具备开放水域的天然特性，不能被列为开放水域。开放水域不一定是海水，内陆的水潭湖泊等都可以成为开放水域。

封闭空间水域：无法直接升到水面的水域

- a. 洞穴
- b. 沉船
- c. 冰潜
- d. 淹没的矿山

环境水域：包括开放水域和封闭空间水域

装备总体要求(General equipment standards):

流线型	Streamlined
平衡	Balanced
随时能拿到要用的装备	Accessible
装备可靠	Dependable
装备恰当	Appropriate
装备充足	Redundant
装备舒适	Comfortable

休闲潜水员基本装备要求(Recreational diver equipment standards):

1. 两级减压头（一级头 主备用二级头），固定脖套
管子长度要求：气压表（24英寸/65CM），主二级头长喉（7FT/2M），备用二级头短喉（22英寸/56CM），BCD低压喉（24英寸/65CM）
2. BCD，强烈建议使用WING（背飞）
3. 单气压表

4. 电子时间和深度的监测设备, 比如: 电脑表或者时间深度计
5. 线轮
6. 水面信号标志 SMB
7. 蛙鞋

技术潜水装备要求(Technical diver equipment standards):

1. 主气瓶双瓶或者侧挂双气瓶, 要求使用DIN接口
2. 2套一二级头
双瓶背飞管线长度要求: 气压表(24英寸/65CM), 主二级头长喉 (7FT/2M); 备用二级头短喉(22英寸/56CM); BCD低压喉(24英寸/65CM)
3. 至少1个SPG (侧挂需要2个SPG)
4. BCD 干衣低压充气喉
5. 双瓶背飞气囊或者侧挂气囊, 可以支持潜水员全部装备以及在紧急情况下支撑其一名同伴上升
6. 要求拥有备用浮力装备
7. 背板背带BCD (无快卸扣)
8. 两种以上切割工具
9. 适合潜水环境的防寒衣, 手套和头套
10. 主潜水灯 (洞穴潜水至少2个备用灯)
11. 2个潜水时间深度监测设备
12. 面镜和备用面镜
13. 团队用于1个主线轮
14. 2个线轮 (深潜需要两个SMB)
15. 蛙鞋
16. 记事本及铅笔

开放水域训练潜水(Open water training dives):

在WUD教练的直接监督下进行的开放水域潜水

每次潜水至少包括:

1. 下水前讲解;
2. 潜水准备
3. 入水;
4. 至少20分钟, 最大深度超过6米
5. 出水
6. 总结;
7. 在潜水日志上记录

休闲潜水(Sport diving):

受以下限制的初级潜水

1. 不超过40米深度
2. 不需要进行减压停留
3. 使用空气或者40%以内的高氧。
4. 严禁封闭空间潜水

技术潜水(Technical diving):

在休闲潜水领域外的潜水, 包括了以下几种:

1. 超过40米深度
2. 要求减压停留 (DECO STOP), 也称为生理上的封闭空间潜水
3. 封闭空间潜水
4. 使用休闲潜水外的混合气体进行潜水
EANx 氧气超过40%
氮氮氧混合气Trimix
5. 封闭循环呼吸系统

直接监督控制 (Direct Supervision/Control):

由潜水教练或者合格的潜水教学助手直观观察和评估学生的水中技巧或者潜水活动。在水下进行的潜水活动要求教练同时在水下进行对学生技巧表现进行评估和监督。教练应该能够对学生进行直接的控制

间接监督(Indirect Supervision):

总体上对学生表现和潜水活动的控制和监督，教练需要亲自在场，并且随时能够来帮助学生

WUD教练(WUD Instructor)

你是WUD的教练，你是这个精英的协会的成员，因为WUD是新成立的潜水协会而且训练标准高苛刻，导致了少数潜水员选择来获得这样高标准的潜水证书。教授WUD课程的WUD教练需要遵守本手册中的程序和标准，并且使用WUD的课程手册

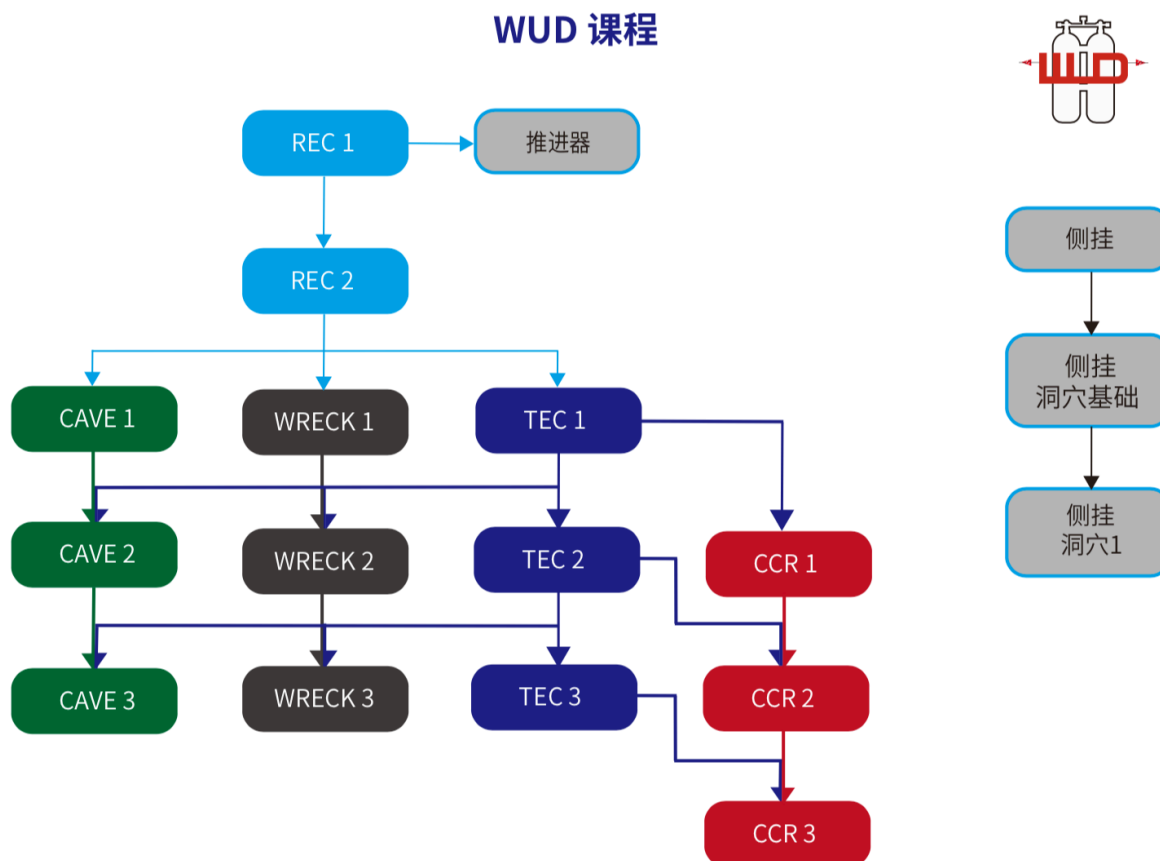
当WUD教练遵守WUD的教学系统规定，课程将让学生学会如何尽可能安全地计划和执行潜水，我们将所有WUD的教材融合到了这个有趣而且容易使用的教学系统中。当你教授了WUD系统中的一些课程后，也许你有更好的主意，可以向WUD的总部呈交。我们的员工将审查你的建议以及在合理期限内让你知道我们的决定。WUD只有吸取在实地执教中的教练的意见和建议才能不断进步。我们希望你尝试这个系统直到你适应。WUD系统将让你有机会进行另人激动的、有趣的、但是富含信息的演讲。你将帮助学生选择可以保证他们在课程中感到舒适并且安全的装备，学生参加WUD课程因为他们想，不是因为他们必须。你需要做全面的工作来表示你是一个非常友善的专业教练，能够提供给他们需要的知识。不要畏惧！同时WUD的教练不应该在学生面前吸烟或者讲脏话，即使学生是这样。

各种WUD潜水教练课程手册不是关于更多的物理或者生理知识。这些主题的知识应该是在考取教练时阅读其他的指定书籍而获得并掌握。

不要在课堂浪费时间来表现出你有多聪明，用时间来教学生想来学习的课程内容“如何用最安全的方法计划和执行潜水”要点就是最安全。

教练应该考虑学生的经验、装备、训练水域状况以及潜水团队每人生理和心理的状况

WUD提供了很多不同的潜水课程，包括休闲潜水，深潜，洞穴潜水和沉船潜水四大类别，初级课程从开放水域开始，然后是整个训练体系的基石-进阶基础课程。其他课程都建立在进阶基础的基础上。具体课程流程如下：

WUD 课程

WUD课程都分为理论课程，陆地练习，限制水域和开放水域。WUD有本行业中最严格的教学系统，学生第一次在WUD严格的要求下进行训练会感到压力，并且感觉到和以前的学习经历不同，但是作为教练，我们应该耐心，保持专业，礼貌和善于帮助

在你熟悉了WUD的教学系统后，最开始的理论讲课可以在4到5个小时完成。然后计划和执行第一次开放水域教学潜水。在一些地方，教练需要在晚上教授所有理论，然后在白天来教授限制或者开放水域潜水。第一次潜水的主要目的是配置装备，保证所有人都知道如何使用自己和别人的装备，然后让学生完成课程标准所要求的技巧。在最初几次潜水中，很少有学生能完成课程所要求的一半技巧。

在教授你的WUD课程前，阅读、理解及遵守WUD的教学指引很重要。违反这些指引可能会导致你丧失WUD的教练资格。

教练职业道德标准与守则 (Instructor agreement and disciplines)

身为WUD的专业人士，你的角色是带领和教导人们进入潜水领域，你有机会改变别人的人生

所有教练必须同意以下(Agreements):

1. 教练遵守WUD建立的规则，教练同意遵守包括教练手册在内的教学系统要求。
2. 教练同意作为潜水教练应该从事能够给其或WUD带来荣誉的行为。
3. 教练同意保存所有训练记录3年。
4. 教练同意在需要时向WUD提供所有教学记录、
5. 教练同意按照WUD建立的训练指引教学
6. 教练同意向总部及时汇报所有的潜水事故，无论该事故是否涉及法律诉讼的风险。
7. 教练同意仅从WUD总部取得课程手册和证书。
8. 教练同意取得职业责任保险来保护起本人以及WUD，免于所有的损害包括但不限于人身伤害。
9. 教练明白其不是WUD的代理，雇员以及法律代表，没有权利去在任何方面约束WUD
10. 教练同意不让没有达到WUD教学指引规定标准的学生完成课程，第三方监督可能导致证书申请被驳回
11. 教练同意其本人以及代表在签订本协议后永远不向WUD归咎其在教学中发生事故的责任，包括在WUD许可的深潜或者其他训练潜水中偶然发生的死亡事故责任。
12. 教练明白WUD没有为教练个人提供责任保险。
13. 教练同意其没有曾经或者现在被其他潜水协会所调查和起诉等。如果被调查或者起诉，可能出于谨慎态度而暂停其教学资格。

WUD教练守则(Disciplines)

1. 严格遵守教学标准（包括流程，深度，人数等）
2. 作为多协会教练，遵守WUD及其他体系的教学安全原则
3. 每年至少参加一次WUD认可的探索活动
4. 每年需要完成三个毕业学生
5. 探索项目潜水活动遵守WUD探险手册（关于气体标准，团队分工，紧急情况处理程序等）
6. 不公开低价销售课程
7. 不公开诋毁其他WUD教练
8. 不在课程及探索项目潜水期间饮酒
9. 坚守职业道德，不会为累积学生数量，不按照标准上课即签发WUD证书，
10. 牢记教练的示范作用，遵守基本道德规范，树立WUD正面形象

违反处理

违反教练守则1 2 5 6 7 8 9 10首次书面警告，第二次取消教练资格

违反3 4，需要完成教练更新，第二次取消教练资格

违规处理由WUD质量委员会出具书面通知

WUD教练班总体参加资格(General prerequisite for IDC courses):

1. 完成跟课证明(教练需要提前经WUD IE IT认可)
2. 完成至少二次WUD认可的探索活动，由官方出具证明

3. 必须为WUD技术潜水员，并且高于所申请教练级别
4. 如果申请更高一级别教练，必须完成至少5个上一级别课程（根据不同可能有更高要求，具体参考WUD教练手册）
5. 至少签发过50张潜水证书（包含其他体系证书）
6. 身心健康
7. 没有其他体系的违规记录
8. 自我高要求
9. 完成游泳应急能力测试（11分钟完成400米游泳，抬手悬浮10分钟，绑手绑脚游动25米及3米水深面镜寻回）
10. 符合潜水经验要求（潜水数量及种类）

WUD教练身份(Instructor status)

WUD训练质量委员会及纪律委员会将有权利评定教练的资格和身份

有效身份(Active)

有效身份是赋予WUD教练和合格助手的职务和执行课程的权利规定：

1. 每年完成某一具体课程的3名学员教学
2. 同意并签署WUD教练声明
3. 付清签发证书费用
4. 身体健康适合教学
5. 每年参加一次认可的探索项目（GXKSP/CLEP/PHKSP）

不活跃身份(Inactive)

也就是非教学身份，不能进行WUD课程以及签发证书，可能因为以下原因

1. 没有完成每年某一具体课程的3名学员教学，又没有完成训练质量委员会评估
2. 没有参加探索项目，又没有完成训练质量委员会评估
3. 行政审查身份，被暂停教学资格的
4. 身体不健康，无法继续教学

审查身份(Under investigation)

处于审查身份的教练将没有教学资格

- 行政审查身份

当发生以下几种情况时，教练将处于审查身份：

1. 教学中发生严重事故，导致学员严重受伤或者死亡
2. 被学生投诉不按标准教学，经查属实的
3. 严重影响WUD声誉
4. 曾经或者现在被其他潜水协会所调查和起诉等

经过训练质量委员会审查和更新，教练可能重新获得教学资格

- 终止教练资格

当教练被行政停权后，经过WUD训练质量委员会评估，认定无法继续进行教学的，将被终止教练资格。如果需要再次成为WUD教练，需要重新参加教练考试

WUD训练总体标准(General training standards)

WUD训练原则 (Principles)

1. 第一印象原则：最先学习的内容影响最深远，WUD教练应该强调正确的态度，技巧和意识，帮助学生建立正确的第一印象
2. 循序渐进原则：课程技巧从陆地练习开始，然后进入简单的水下环境练习，最后在真实的环境使用，学习从个人技巧到团队技巧，让学生在由浅入难的过程中逐步建立扎实的基础和自信
3. 超额训练原则：训练中对次数和难度进行超额处理，反复练习养成肌肉记忆，超额强度让实际潜水显得更加轻松

4. 视频原则：通过视频来帮助学生回顾水下动作，让学生能够对水下表现有最直观的认识，更快改进。另外视频作为考核参考也是WUD一直坚持的原则。
5. 自主潜水能力原则：我们的课程强调学生自主制定和执行计划潜水，成为一名有思考能力的潜水员

针对所有WUD训练的限制 (General course limits)

- PO2 限制：
WUD针对水底气体 (BACK GAS)，技术深潜氧气分压使用1.2-1.4 bar (除了技术深潜2可以进行最大氧气分压为1.5bar的潜水，水底时间必须小于10分钟)，休闲潜水使用最大分压为1.6 bar
- 等同氮醉深度 END：
所有封闭空间潜水最大END不超过55米或者3个月内潜水的最大END的125% (取2者较低)，超过55米深度和长距离封闭空间潜水END不超过30米。
所有开放水域减压潜水最大END不超过63米或者3个月内潜水最大END的125% (取2者较低)，超过63米深度的潜水END不超过30米。
- 气瓶的使用
主气瓶钢瓶使用：不允许使用钢瓶，除非使用干衣
阶段气瓶钢瓶使用：不允许在开放水域使用钢瓶作为阶段气瓶

总体潜水技巧 (General course skills)

以下技巧针对所有WUD潜水训练，均需要达到3分以上

1. 示范安全潜水技巧 包括潜水前准备，水中表现和潜水后总结
2. 示范对潜水同伴的警觉性，能对同伴的需求快速做出反应
3. OOA程序
4. 能够使用恰当踢法避免扬起地面尘灰
5. 整个训练过程中表现出责任心和谦虚态度
6. 证书是通过示范出足够的安全知识和技巧来赢得的，而不是通过学费买来的
7. 潜水课程需要在6个月内完成

气瓶标注标准(Tank marking standards):

1. 所有减压气瓶都需要标注MOD，写在7.5厘米宽的防水胶布，贴于气瓶两侧，方便潜水员和同伴看到。比如使用50%减压气体，需要写明MOD 21M
2. 针对纯氧气瓶，除了标注MOD外，还需要写上“OXYGEN”在7.5厘米宽的防水胶布，贴于气瓶两侧，
3. 所有气瓶都需要一个小标签贴贴在气瓶头，注明：气体比例、检测人名、检测日期、气压；氮氧氮气体需要注明氧气和氮气的比例。比如21/35，表示21%比例的氧气，35% 比例的氮气

参加WUD课程的总体条件 (General prerequisites for WUD courses)

1. 签署教学责任免除表格
2. 如果有不适合潜水的身体状况，需要医生签署适合潜水的证明
3. 训练参与者需要提前阅读学习教材
4. 训练参与者在参加课程前需要携带以前获得的相关潜水证书
5. 教练课程要求训练参与者提供其他信息，比如潜水日志
6. 训练参与者必须身体健康，精神稳定

知识发展 (Knowledge Development)

1. 潜水学员需要完成教材后的知识复习 (Knowledge Review)。
2. 在WUD教练或者合格助手的监督下进行书面考试
3. 只有以下情况能采用口试：
 - 考卷上的文字不是潜水学员的主要语言。
 - 医生证明该学员有障碍无法完成笔试
4. 教练需要帮助学员复习每一个错误的知识复习题，讲解相关内容，直到学生理解。理论考试需要达到80%正确以上。否则将进行补考。

WUD团队训练要求(WUD Team training)

WUD所有课程，需要至少3人（包括教练）来示范团队，如果没有2个以上的学生，可以使用助手代替。
（不要求全部课程3个人，但是在剪辑录像中需要出现3人团队）

WUD训练难度(Course difficulty):

WUD不同的课程有不同的难度，休闲潜水训练难度在1-2+，技术潜水训练难度在3+到4+

- 难度1: 教练提示后开始的单一练习
- 难度1+: 教练提示后开始的单一练习，有其他因素影响（比如：需要关注深度，引导绳，深度等等）
- 难度2: 模拟的紧急情况练习，单一练习
- 难度2+: 模拟的紧急情况练习，单一练习，有其他因素影响（比如：需要关注深度，引导绳，时间等等）
- 难度3: 模拟的紧急情况练习，多个紧急情况，需要调整团队位置
- 难度3+: 模拟的紧急情况练习，多个紧急情况，需要调整团队位置，有其他因素影响（比如：需要关注深度，引导绳，时间等等）
- 难度4: 模拟的紧急情况练习，多个紧急情况，需要调整团队位置，需要在紧急情况下具备判断能力，训练环境艰难（低温，大流，长距离穿越，多气瓶负重等）
- 难度4+: 模拟的紧急情况练习，多个紧急情况，需要调整团队位置，需要在紧急情况下具备判断能力，训练环境艰难（低温，大流，长距离穿越，多气瓶负重等），有其他因素影响（比如：需要关注深度，引导绳，时间等等）

考核评估(Evaluations):

每项知识和技巧考核均应该在等级3以上，才能活动WUD证书

- 等级1: 未通过。（无证书）彻底失败，不能安全潜水
- 等级2: 未通过。（无证书）需要很多练习
- 等级3: 通过（获得证书）不熟练，需要提高
- 等级4: 通过。（获得证书）做得好
- 等级5: 通过。（获得证书）做得完美

训练质量保证(Quality control):

WUD训练保障规则是为了对教练和训练参与者进行评估，保证训练质量和技巧保持，具体包括：教练评价表格，训练参与者评价表格

WUD所有训练课程皆有后台管理人员审核证书，审核根据教练评分表格及录像

WUD 质量控制相关人员包括

- a) 训练委员会
- b) 课程视频评审人员
- c) 纪律委员会

教练评估 (Instructor evaluations)

评估依据

- a) 学生对教练评价表
- b) 教练之间的监督机制

教练的年度更新(Instructor renewal)

为了保持潜水技巧和理论，WUD要求所有教练每年至少完成3个学员的训练（针对其所能教授的具体课程），比如高氧教练必须完成教授3个高氧学员

如果没有完成最低教学数量，该教练需要完成更新程序才能开始继续教授某一具体课程。

更新由教练训练官（IT）或者教练考核官开展，可以在限制水域进行，完成更新后的教练将重新获得教学资格，该教练需要支付所有因为更新而产生的费用

投诉(Complaints)

所有针对WUD训练和探险潜水的不合标准行为应该在3个月内被投诉到训练委员会，注明投诉人信息，相关教练，事情发生经过，地点，证人或者影像

训练委员会的联系途径：wangyuan@wudchina.com

WUD训练指引 (Training Guidelines)

作为一个WUD的教练，必须要按照你所教授的课程的训练指引。所有的具体指引都在本手册休闲或技术潜水课程的章节中。

1. 当教授WUD 课程时，教练需要按照WUD的标准，并且在学生成功完成全部要求后才能签发证书。WUD的训练标准、课程手册、教练手册或者其他文字资料构成了WUD的教学系统。
2. 现在属于活跃身份的教练才能提交课程完成信息。证书签发由质量委员会审核。所有WUD教练必须有职业保险。如果当地法规不要求购买保险并且学生也来自不要求购买保险的国家除外。
3. 所有的WUD教练必须要对学生有恰当的控制。
4. 所有WUD教练应该具有比所教授课程的更高级别的潜水员资格
5. WUD的教练必须确认学生在开始课程前具备足够的技巧，知识和装备来参加所学课程。这些可以通过学生的潜水日志，或者简短的浅水区潜水评估。WUD承认其他潜水协会，但是学生在进阶课程前，必须经过评估。
6. 在潜水课程中，最大学生和教练比例为6比1，这些比例是最大限制，教练应该根据课程深度和水况来决定最安全的学生比例，每个课程的标准中都注明的具体的比例限制
7. 在计划训练潜水时，WUD教练应该考虑以下的因素来确保安全
 - a) 水况
 - 1) 水流强度和方向
 - 2) 水下的潜在危险
 - 3) 水域最大深度
 - 4) 在不同温度的水温和能见度
 - b) 天气情况
 - c) 训练潜水的安全深度
 - d) 学生的经验和状况
 - e) WUD教练和合格的助手数量
 - f) 恰当的学生和教练比例
 - g) 整个潜水团队的装备状况限制
 - h) 12小时前完成过的潜水情况
 - i) WUD教练和合格的助手对所教深度课程的经验
 - j) 教练对学生的直接控制力大小
8. 教练不能在不熟悉的水域教授潜水课程，负责任的教练应该对在不熟悉地区进行潜水教学的安全性进行评估。
9. 如果学生身体，精神或者装备上有问题而无法专注潜水，WUD教练应该取消或者更改在开放水域进行的训练计划。
10. 在进行开放水域训练时，根据环境考虑竖立象拔或者浮球，提示船只绕行，在深潜训练中根据环境考虑布置下潜绳，需要能够承受整个潜水团队以及减压或者紧急气站的重量。当在海中间训练时，下潜绳需要和水面浮标相连接。可以在下潜绳末端系上铅块以确保其垂直。下潜绳被用做下潜和上升的视觉参考。但是学员不允许使用其来进行浮力控制。但是离下潜绳或者固定下潜绳的物体不应该超过课程所要求的距离。
11. WUD的教练在进行教学时应该有紧急情况处理方案。方案应该包括水下或者水面的救援程序。这些程序是本政策和程序手册一部分。
12. WUD教练或者合格助手应该在以下情况下通知学生不要潜水：
 - a) 学生受伤
 - b) 剩余气量低
 - c) 身体不舒服
 - d) 非常口渴
 - e) 非常冷或者累
 - f) 没有必需的潜水装备
 - g) 心理或者生理上非常紧张
 - h) 近一周得过病还没有好
 - i) 近一周未经医生允许使用了处方药物
 - j) 习惯性滥用及持续使用药物
 - k) 任何有中毒的症状

- 1) 饮酒之后
13. 如果潜水活动或者训练会威胁整个潜水团队的安全，WUD教练不应该再进行开放水域训练。
14. WUD教练不应该让没有WUD教学标准所要求的全部装备的学生入水。
15. 所有WUD的学生必须在开放水域训练前阅读和签署下列表格
 - a) WUD 健康表格
 - b) WUD 责任免除协议，免除教练和WUD在训练中的责任
 - c) 教练所需要的有关潜点和船员等的其他协议。
 建议除教练以外的其他人员来见证学生对教练的责任免除。
16. WUD的训练潜水不应该在下列环境进行，除非所有团队成员都有资格和被认可在下列环境中潜水。
 - a) 夜晚
 - b) 洞穴
 - c) 沉船或淹没的矿山中
 - d) 冰下
17. WUD 学生需要满足以下条件：
 - a) 如果要参加某一级别的潜水课程，必须拥有WUD或者其他被认可的潜水协会的低一级别的潜水证书，并且完成课程评估。
 - b) 有完整的潜水记录（建议但是不要求必须），如果没有潜水记录，则需要手写潜水记录并且由教练进行课程前的理论和浅水区技巧评估。
 - c) 提供以及能够使用课程所需要的潜水装备。
 - d) 在进入更高级别课程前能够自信的完成本级别课程的内容
18. 为了建立和保持训练质量同时为了安全，所有WUD教练需要遵守下面的内容。
 - a) 使用WUD许可的课程手册
 - b) 遵守WUD潜水计划的程序
 - c) 取得学生的免责证明
 - d) 遵守WUD的训练程序
 - e) 要求学生使用WUD标准和课程手册中所要求的装备
 - f) 按照本手册中的安全守则来训练潜水
 - g) 携带水下记事本
19. 参加课程年龄限制为10岁，技术潜水课程的最小年龄为18岁，请参考具体课程标准中的年龄限制
20. 潜水前的计划：4WUD原则
21. WUD教练需要教授以下的手势沟通方法

*OK (手势/灯光) *有问题 *剩余时间/气量 *不明白 *360°看 *停止* 危险 *氮醉 (程度/OK?)

*保持深度 *上升到下一停留深度*看 *气泡* 更换潜伴*和潜伴在一起 *看我 *记住*向前游动? 好/不好*累/冷*呼吸困难

*破损 *泥尘* 疑问 (?) *绳 *缠绕*拉绳终点* 切换气瓶* 慢下来*我带路你跟随*更换减压计划* 上升*下潜
22. 学生在完成课程前必须要完成WUD课程标准要求的最少潜水数量，教练可以根据学生情况增加潜水数量来确保其达到WUD要求的技术和安全标准。

一般标准程序 (Procedures)

- 程序 (Procedures)

证书程序 (Certification)

1. 注册账户及课程
2. 阅读教材并完成课后习题
3. 教练确认课程完成，并上传录像
4. 教练完成对学生的考核
5. 学生完成对教练的反馈
6. 质量评估员审核课程
7. 签发WUD证书并邮寄

*注：教练需要先完成对学生的评估，再让学生反馈课程，严禁教练因为学生评价而故意拖延证书注册程序，如果教练有此行为，将导致行政停权资格状态

文件 (Documentation)

在课程开始之前请填写并完成以下表格及条件：

1. WUD责任免除协议书 (WUD Liability Release and assumption of Risk Agreement)
2. WUD健康表
3. 若参加者未满18岁，以上文件必须有家长书面签名同意
4. 若学员在健康表格内任何一项选择“是”，在水下训练之前，必须先提交书面医生证明可以从事潜水活动，有效期为1年。
5. 关于健康的问题可能因为国家而不同，开出医生证明的医生不得为潜水员本人。如果潜水学员在潜水过程中受伤或者生病，需要在再次下水前提交新的医生证明。

表单 (Forms) - 以下表单为WUD常用表单，请在www.wudchina.com下载

- 补卡表格 Certification Card Replacement Form
- 责任免除协议 Liability Release and Assumption of Risk Agreement
- 意外事故报告 Incident Report Form
- 健康声明表格 Medical Statement
- 未收到证书报告 Never Received Card Form
- 教学质量投诉表 Quality Complaint Form
- 潜水课程进度表 Check List

文件保存 (Documents preservation)

WUD教练需要保存以下文件3年，自发证日期起

1. 考试题及答案
2. 免责及健康表

转学程序 (Student transfer procedure);

有潜水员转出时：

1. 填写潜水课程进度表 check list
2. 告知课程有效期 (6个月)
3. 清楚解释接受他的教练事先会收取哪些费用

接受转学时：

1. 核对转学证明文件
2. 重新让学员注册课程
3. 填写新的责任免除和健康表

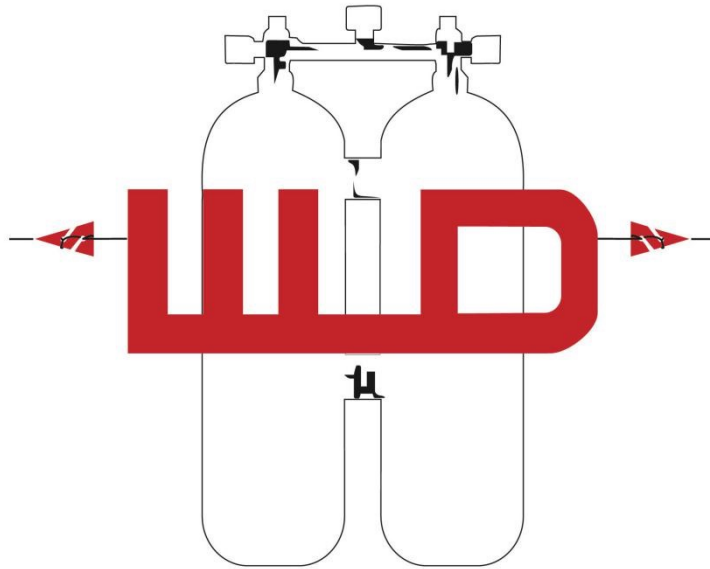
事故报告 (Incident Reports) - 任何时候，只要你目睹或是涉及潜水意外/事故，事后需要向WUD提供事故报告 (Incident Report Form)，无论是在潜水训练时发生的，或微不足道的小事

课程连接 (Course Link)

WUD允许进行课程连接

1. WUD 侧挂课程连接到技潜基础潜水员课程，再增加关于灯光的训练和对稳定性的评估后就可以参加技术潜水课程（这些训练和评估可以在技术潜水课程的第一日完成）
2. WUD 推进器课程连接到深潜2课程
可以免除深潜2的两日推进器训练（但需要评估相应技巧）

WUD具体标准程序 潜水员课程标准程序 DIVER COURSE STANDARDS AND PROCEDURES



「一般标准程序」中所提及的标准使用于本手册，除非具体标准程序中另有注

WUD进阶基础潜水员课程 (ADVANCE FOUNDATION/REC1 COURSE)

前提条件

1. 符合WUD总体课程参加要求
2. 18岁以上
3. 参加课程时至少进行过20次开放水域潜水
4. WUD进阶开放水域潜水员级别以上或其他协会同类证书
5. 14分钟内完成200米游泳
6. 憋气游动10米

课程时间

课程时间为4天，包括至少32小时教学，内容包括理论，陆地练习和水下练习

课程限制

1. 符合WUD总体课程限制
2. 水中训练学生教练比例不得高于4:1（增加助手可以6:1）
3. 训练深度不低于4米，不超过潜水员所持证书允许的最大深度，最大深度30米（对于开放水域潜水员，课程最后一次潜水可以在教练的带领下到达24米，从而获得最大深度24米的WUD潜水证书）
4. 至少5米能见度

课程内容

本课程通常持续4天，共32小时课程时间，课程将强调恰当的潜水装备，潜水意识和潜水团队，练习潜水安全检查程序，水下个人和团队技巧，了解恰当的上升模式和气量计划。

课程将进行8次限制或者开放水域潜水，总4个小时的理论时间，

课程教材

1. 网上课程-进阶基础潜水员
2. 进阶基础潜水员视频课件

课程理论

1. 关于WUD
2. 潜水安全要素
3. 潜水装备介绍
4. 潜水技巧
5. 4WUD计划守则
6. 潜水团队
7. 上升策略和气量计划
8. 进阶潜水要求

陆地练习

1. WUD装备配置
2. 潜水团队位置，意识和沟通
3. 安全检查程序
4. 各种蛙鞋踢法
5. 5项基本技巧，共用气练习和漏气模拟
6. 释放SMB
7. 无面镜上升

潜水技巧

1. 陆地和水中潜水装备检查
2. 平衡配重
 - a) 无BCD，使用长喉体会平衡配重
 - b) 穿BCD，体会平衡配重
3. 有控制的平行下潜，注意保持好和同伴的距离及位置

4. 剩余30BAR气体, 在3米水深, 检查合适配重重量
5. 蛙鞋踢法
 - a) 蛙式踢法
 - b) 后踢和原地直升机旋转
6. 在某一深度水平悬浮至少3分钟
7. 在某一深度水平悬浮并完成5项基本技巧(面镜排水 面镜脱除复原 调节器寻回方法 切换主备用调节器 查看气压表)
8. 展开长喉练习
9. 在某一深度水平悬浮并用线轮释放SMB, 并利用引导绳上升
10. 水下活动中和潜水同伴保持良好的沟通(手势和接触信号)
11. 缓慢水平上升并安全停留
12. 无面镜上升
13. 共用气源, 同伴引导上升
14. 保持团队位置, 共用气源(OOA)和漏气模拟
15. 以上所有原地悬浮技巧位置移动不超过0.5米, 距离引导绳距离不超过2米, 水平倾斜角度不超过15度
16. 在整个潜水过程中注意潜水同伴的位置和需求. 整个潜水准备过程、水下活动和潜水后的活动体现安全意识.

装备要求

WUD总体装备要求

课程中不允许使用侧挂, 请学习开放水域侧挂课程

WUD开放水域侧挂潜水员课程 (OW SIDEMOUNT)

前提条件

1. 符合WUD总体课程参加要求
2. 16岁以上 (10-16岁只能活动少年潜水证书)
3. 需要完成100米游泳或者使用面镜呼吸管200米游动
4. WUD进阶开放水域潜水员级别以上或其他协会同类证书
5. 20次潜水经验

课程时间

课程时间为5天，内容包括理论，陆地练习和水下练习

课程限制

1. 符合WUD总体课程限制
2. 水中训练学生教练比例不得高于4:1 (根据环境，需要减少学生教练比例)
3. 训练深度不低于4米，不超过潜水员所持证书允许的最大深度，最大深度30米。(对于开放水域潜水员，课程最后一次潜水可以在教练的带领下到达24米，从而获得最大深度24米的WUD潜水证书)
4. 至少3米能见度

课程内容

本课程通常持续5天，强调恰当的侧挂潜水装备正确组装调整，侧挂装备的穿脱流程，基础技巧和紧急情况处理流程，同时也将学习潜水意识，潜水团队和潜水计划。

课程教材

1. 侧挂潜水员教材
2. 侧挂潜水员视频课件

课程理论

1. WUD介绍
2. 潜水安全
3. 侧挂装备介绍和流线型组装
4. 侧挂的基础技巧
5. 潜水计划
6. 潜水团队
7. 环境警觉性
8. 上升策略及气量管理

陆地练习

1. 组装配侧挂
2. 潜水团队位置，意识和沟通
3. 踢法练习
4. 5项基本技巧
5. 循环检查流程
6. 展开长喉
7. 阀门练习 (V-drill)
8. 侧挂气体供应中断练习

水下练习

1. 陆地和水中潜水装备检查
2. 熟悉侧挂装备，出水和入水
3. 平衡配重
 - a) 无BCD，使用长喉体会平衡配重
 - b) 穿BCD，体会平衡配重
4. 有控制的平行下潜，注意保持好和同伴的距离及位置
5. 剩余30BAR气体，在3米水深，检查合适配重重量

6. 蛙鞋踢法
 - a) 蛙式踢法
 - b) 后踢和原地直升机旋转
7. 在某一深度水平悬浮至少3分钟
8. 在某一深度水平悬浮并完成5项基本技巧(面镜排水 面镜脱除复原 调节器寻回方法 切换主备用调节器 查看气压表)
9. 展开长喉练习
10. 在某一深度水平悬浮并用线轮释放SMB, 并利用引导绳上升
11. 水下活动中和潜水同伴保持良好的沟通(手势和接触信号)
12. 缓慢水平上升并安全停留
13. 共用气源, 同伴引导上升
14. 阀门练习
15. 流程检查程序
16. 以上所有原地悬浮技巧位置移动不超过0.5米, 距离引导绳距离不超过2米, 水平倾斜角度不超过15
17. 在整个潜水过程中注意潜水同伴的位置和需求. 整个潜水准备过程、水下活动和潜水后的活动体现安全意识.

潜水装备

使用流线型侧挂BCD

WUD洞穴侧挂潜水员基础课程 (CAVE SIDEMOUNT FUNDAMENTAL)

前提条件

1. 符合WUD总体课程参加要求
2. 16岁以上 (10-16岁只能活动少年潜水证书)
3. 需要完成100米游泳或者使用面镜呼吸管200米游动
4. WUD侧挂潜水员或其他协会同类证书

课程时间

课程时间为2天，内容包括理论，陆地练习和水下练习

课程限制

1. 符合WUD总体课程限制
2. 水中训练学生教练比例不得高于4:1 (根据环境，需要减少学生教练比例)
3. 训练深度不低于4米，不超过潜水员所持证书允许的最大深度，最大深度30米。
4. 至少3米能见度

课程理论

1. 洞穴侧挂相关装备
2. 洞穴侧挂潜水的基础技巧
3. 潜水团队及意识
4. 潜水计划

陆地练习

1. 灯光使用
2. 导航
3. 使用切线工具

水下技巧

1. 连续完成侧挂潜水员技巧 (踢法，五项，展开长喉，阀门练习)
2. 使用指北针导航
3. 漏气程序
4. 水下故障处理
5. 装备熟悉 (备用装备掏出使用)
6. 切换潜水灯
7. 上升
8. 交换气瓶
9. 安全停留收起侧挂气瓶
10. 切换备用面镜
11. 切换备用灯

装备:

1. 主灯及备用灯
2. 指北针
3. 记事本
4. 备用面镜

WUD推进器潜水课程 (DPV)

前提条件

1. 符合WUD总体课程参加要求
2. 18岁以上
3. 参加课程时至少进行过20次开放水域潜水
4. WUD进阶基础潜水员或者其他协会类似证书（需要评估）
5. 14分钟内完成200米游泳
6. 憋气游动12米

课程时间

课程时间为2天，包括至少16小时教学，内容包括理论，陆地练习和水下练习

课程限制

1. 符合WUD总体课程限制
2. 水中训练学生教练比例不得高于4:1
3. 训练深度不低于4米，不超过潜水员所持证书允许的最大深度，最大深度30米
4. 使用空气
5. 不允许封闭空间潜水和减压潜水

课程内容

课程内容包括推进器的历史和结构，使用推进器的技巧，使用推进器的潜水计划，团队位置和意识和推进器的紧急情况处理等

课程教材

1. 网上课程-推进器潜水员
2. 推进器潜水员视频课件

课程理论

1. 推进器的历史
2. 推进器的结构
3. 推进器的使用技巧
4. 推进器潜水计划
5. 推进器的紧急情况处理
6. 使用推进器潜水的意识和同伴沟通

陆地练习

1. WUD装备配置以及推进器调整
2. 潜水团队位置, 意识和沟通
3. 安全检查程序
4. 左右手驾驶推进器
5. 推进器故障处理
6. 共用气练习
7. 气瓶漏气
8. 导航

潜水技巧

1. 熟练驾驶推进器前进，转向和转圈
2. 示范处理气瓶阀漏气和气体供应中断的程序
3. 示范释放SMB
4. 示范良好浮力控制和踢法
5. 示范按照恰当潜水上升计划完成深潜

6. 处理推进器紧急情况（无法停止或者无法启动）
7. 拖拽潜水员
8. 水下导航
9. 以上所有原地悬浮技巧位置移动不超过0.5米，距离引导绳不超过2米

装备要求

1. WUD总体装备要求
2. 推进器
3. 指北针

WUD技潜基础潜水员课程 (TECHNICAL FOUNDATION/REC2 COURSE)

前提条件

1. 符合WUD总体课程参加要求
2. 18岁以上
3. 参加课程时至少进行过20次开放水域潜水
4. WUD进阶基础潜水员或者其他协会类似证书（需要评估）
5. 14分钟内完成200米游泳
6. 憋气游动12米

课程时间

课程时间至少为3天，包括至少24小时教学，内容包括理论，陆地练习和水下练习

课程限制

1. 符合WUD总体课程限制
2. 水中训练学生教练比例不得高于4:1
3. 最大训练深度不低于18米或者潜水员现持有证书允许的最大深度训练深度, 最大深度30米, (对于开放水域潜水员, 课程最后一次潜水可以在教练的带领下到达24米, 从而获得最大深度24米的WUD潜水证书)
4. 使用空气
5. 不允许封闭空间潜水和减压潜水

课程内容

课程理论将教授双瓶的组装和使用

课程将进行至少4次潜水（1次潜水复习进阶基础内容，1次潜水练习漏气程序，2次潜水进行漏气模拟）

课程教材

1. 网上课程-技潜基础潜水员
2. 技潜基础潜水员视频课件

课程理论

1. WUD介绍
2. 双瓶装备介绍和流线型组装
3. 双瓶的水下技巧
4. 潜水团队
5. 潜水计划

陆地练习

1. WUD双瓶装备配置
2. 潜水团队位置, 意识和沟通
3. 安全检查程序
4. OOA DRILL
5. 双瓶气瓶阀练习及漏气程序
6. 灯光信号

潜水技巧

1. 连续录像完成悬浮, 踢法, 5项基本技巧和展开长喉, 一手拿灯, 单手完成技巧（面镜脱出可以使用双手）
2. 释放SMB
3. 双瓶阀门练习 (V-DRILL)
4. 9种漏气程序
5. 切换备用灯

6. 以上所有原地悬浮技巧位置移动不超过0.5米, 距离引导绳不超过2米, 水平倾斜角度不超过10度, 做练习时灯光需要照绳

装备要求

1. WUD总体装备要求
2. 主电筒

WUD深潜1潜水员课程 (TECH DEEP 1)

前提条件

1. 满足参与WUD课程的总体条件
2. 至少21岁
3. WUD技潜基础潜水员 (Rec2) 或者其他协会类似证书 (需评估)
4. 最少75潜, 至少25潜超过30米
5. 14分钟游动400米
6. 憋气水下游动12米, 或者在模拟气体供应中断时游动15米到同伴身边求助
7. 需要在水面拖拽同伴游动10分钟

课程时间

课程时间为6天, 课程最少48小时, 包括理论, 陆地练习和水中练习

课程限制

1. 符合总体课程训练标准
2. 水中训练学生教练比例不得高于3:1
3. 平均深度51米, 最低能见度5米, 最大深度不超过60米
4. 标准主气瓶气体为空气或者21/35
5. 标准减压气体 EAN50
6. 减压气体时间不超过30分钟
7. 可以增加一个阶段气瓶
8. 不允许封闭空间

课程内容

课程为6天, 最少12小时理论时间和12次潜水 (6次潜水练习核心技巧, 4次30米到45米的练习潜水, 2次实习潜水到达51米深度 (1次使用空气, 1次使用氮氧氮气体))。

课程为减压潜水, 所以潜水员需要知道进入减压程序后应该做的准备。初步的潜水应该在浅水悬浮练习基本技巧。

课程教材

1. 网上教程-深潜1潜水员
2. 深潜1潜水员视频课件

课程理论

1. 关于WUD
2. 了解气体: 氧气 氮气 氦气 二氧化碳
3. 潜水用气体的优点和缺点: 空气 高氧 氮氧氮混合气体
4. 减压潜水装备
5. 减压理论
6. 潜水计划
7. 事故分析

陆地练习

1. WUD装备配置
2. V-DRILL OOA
3. 潜水团队位置, 意识和沟通
4. 切换气体程序
5. 减压停留及丢失减压气瓶
6. 布置引导绳
7. 指北针导航

水中技巧

1. 总体课程技巧要求.

2. 回顾团队位置，OOA和S-DRILL（共用气水平游动60米）
3. 2分钟内释放SMB，保持水平悬浮
4. 示范熟练移除并挂回减压气瓶 保持水平悬浮姿态，需要在1分钟内完成
5. 示范2种前进踢法，避免踢起灰尘
6. 装备熟悉（刀，口袋内物品，电筒等）
7. 切换减压气瓶程序，保持水平悬浮姿态
8. 示范减压气瓶故障处理程序
9. 练习沿引导绳上升和FLOW DECO
10. 示范有能力按照计划完成所有减压停留，水下可以根据紧急情况，调整减压计划。
11. 水下指北针导航
12. 无面镜无气源水平游动15米
13. 同伴之间交换气瓶（每人最多携带2个）
14. 水下恰当的氮醉管理程序（使用空气潜水在最大深度80%停留检查氮醉，水底每5 分钟检查，互报时间深度气压）
15. 救援技巧，携带无意识潜水员上升并完成释放SMB及切换气体
16. 水下布置引导绳
17. 除了FLOW DECO外，离绳距离不远于2米
18. 以上所有原地悬浮技巧位置移动不超过0.5米，水平倾斜角度不超过10度
19. 保持DATA

装备要求

1. WUD总体装备要求
2. 减压气瓶调节器，气压表
3. 90米长度主线
4. 潜水主灯和备用灯

WUD 深潜2潜水员课程 (TECH DEEP2)

前提条件

1. 满足参与WUD课程的总体条件
2. 至少21岁
3. WUD深潜1潜水员或者其他协会类似证书（需评估）
4. 最少150潜，其75潜使用双瓶，至少50潜使用过减压气瓶，至少25潜超过45米
5. 14分钟游动400米
6. 憋气水下游动12米，或者在模拟气体供应中断时游动15米到同伴身边求助
7. 需要在水面拖拽同伴游动10分钟
8. 示范氧气中毒急救程序

课程时间

课程最少6天48小时，包括理论和水中练习

课程限制

1. 符合总体课程训练标准
2. 水中训练学生教练比例不得高于2:1
3. 平均深度63米，最低能见度5米，最大深度不超过70米
4. 标准主气瓶气体21/35, 18/45
5. 标准减压气体 EAN50 and O2
6. 最长减压气体时间不超过85分钟
7. 最多增加一个减压气瓶
8. 不允许封闭空间

课程内容

课程为6天，最少8小时理论时间和12次潜水（4次练习，2次实习潜水使用空气（55-63米），2次实习潜水使用18/45氮氧氮气体（55-63米，4次DPV训练潜水）。课程需要了解减压潜水的历史和现状，物理学，生理学，减压表格，RATIO DECO和其他考虑，学生需要了解进入减压潜水可能发生的紧急情况并随时准备好处理。

课程教材

1. 网上教程-深潜2潜水员
2. 深潜2潜水员视频课件

课程理论

1. 关于WUD
2. 课程限制和完成要求
3. 进阶气量管理包括使用多减压气瓶
4. 复习减压潜水的风险和生理学
5. 加速减压，遗漏减压，和减压心算方法（RATIO DECO）
6. 潜水准备和计划
7. 氮醉管理
8. DPV使用和常见故障
9. DPV 气量计划和电池使用计划

陆地练习

1. 2个减压气瓶使用
2. 潜水团队
3. 切换气体程序
4. 减压停留管理
5. 使用安全线轮
6. 交换气瓶
7. DPV使用和紧急情况处理

水中技巧

1. 总体课程技巧要求.
2. 回顾气体供应中断, 包括V-DRILL, S-DRILL
3. 2分钟内释放SMB, 保持水平悬浮, 深度上下不超过0.5米
4. 示范熟练移除并挂回减压气瓶 保持水平悬浮姿态. 需要在1分钟内完成
5. 示范2种前进踢法, 避免踢起灰尘
6. 装备熟悉
7. 在切换减压气瓶时保持水平悬浮姿态
8. 水底熟练使用DPV和团队位置
9. 按照电池时间和气量计划使用DPV进行延伸距离探索
10. 使用DPV气体供应中断处理程序
11. 处理无法停下的DPV
12. 拖带DPV因故障无法使用的潜水员
13. 测试DPV和游动时间差别及气体消耗差别
14. 水下恰当的氮醉管理程序 (使用空气潜水在最大深度80%停留检查氮醉, 水底每5分钟检查, 互报时间深度气压)
15. 同伴之间交换气瓶 (每人最多携带4个)
16. 救援技巧, 携带无意识潜水员上升并完成释放SMB及切换气体
17. 以上所有原地悬浮技巧位置移动不超过0.5米, 除了FLOW DECO外, 离绳距离不高于2米, 水平倾斜角度不超过10度
18. 至少完成一次夜间减压潜水

装备要求

1. WUD总体装备要求
2. 减压气瓶
3. 90米长度主线轮
4. 减压调节器和气压表
5. 至少1个DPV
6. 潜水主灯和备用灯

WUD 深潜3潜水员课程 (TECH DEEP 3)

前提条件:

1. 满足参与WUD课程的总体条件
2. 至少21岁
3. WUD深潜2潜水员 或者其他协会类似证书 (需评估)
4. 最少250潜, 其中100潜使用双瓶
5. 至少75次减压潜水, 30次使用超过2个减压/阶段气瓶
6. 至少25潜超过55米
7. 14分钟游动400米
8. 憋气水下游动12米, 或者在模拟气体供应中断时游动15米到同伴身边求助
9. 需要在水面拖拽同伴游动10分钟
10. 示范氧气中毒急救程序

课程时间

课程最少6天, 共48小时教学, 包括理论和水中练习

课程限制

1. 符合总体课程训练标准
2. 水中训练学生教练比例不得高于2:1
3. 平均深度75米
4. 标准主气瓶气体21/35, 18/45, 15/55
5. 标准减压气体 21/35, 35/25, EAN50和 O2
6. 最多增加一个阶段气瓶
7. 不允许封闭空间

课程内容

课程为6天, 最少6小时理论时间和12次潜水(8次练习, 4次实习潜水), 均使用氮氧氮气体和多减压气瓶。课程需要了解减压潜水的历史和现状, 物理学, 生理学, 减压表格, RATIO DECO和其他考虑, 学生需要了解进入减压潜水可能发生的紧急情况并随时准备好处理。

课程教材

1. 网上教程-深潜3潜水员
2. 深潜3潜水员视频课件

课程理论

1. 关于WUD
2. 课程限制和完成要求
3. 进阶气量管理包括使用多减压气瓶
4. 复习减压潜水的风险和生理学
5. 加速减压, 遗漏减压, 和减压心算方法 (RATIO DECO)
6. 讨论水中再压方法治疗减压病
7. 潜水计划
8. 了解探险潜水员, 水面负责人, 支援团队对潜水潜水安全的重要性, 了解探险项目的分工计划
9. 干衣的使用

陆地练习

1. 多减压和阶段气瓶位置轮换,
2. 交换阶段/减压气瓶程序
3. 潜水团队(探险潜水员, 支援团队, 水面负责人的分工职责演练)
4. 切换阶段/减压气瓶程序
5. 减压停留管理
6. 使用主线轮释放SMB

水中技巧

1. 总体课程基础技巧要求.
2. 回顾气体供应中断, 包括V-DRILL, S-DRILL
3. 1分钟内释放SMB, 保持水平悬浮, 深度上下不超过0.5米
4. 示范熟练移除及更换减压和阶段气瓶保持水平悬浮姿态. 更换1个气瓶需要在1分钟内
5. 示范2种前进踢法, 避免踢起灰尘
6. 装备熟悉
7. 在切换减压气瓶时保持水平悬浮姿态
8. 同伴之间交换气瓶 (每人最多携带8个减压瓶)
9. 按照计划完成上升和减压停留
10. 处理丢失减压气瓶, 忽略减压, 丢失面镜等紧急情况
11. 救援技巧, 携带无意识潜水员上升并完成释放SMB及切换气体
12. 干衣的使用
13. 以上所有原地悬浮技巧位置移动不超过0.5米, 离引导绳和同伴距离不高于2米, 随时可以抓到引导绳和同伴, 水平倾斜角度不超过10度

装备要求

1. WUD总体装备要求
2. 减压气瓶
3. 阶段气瓶
4. 90米长度主线轮
5. 减压调节器系统
6. 潜水主灯和备用灯

WUD洞穴1潜水员课程 (CAVE 1)

前提条件:

1. 符合WUD总体课程参加要求
2. 18岁以上
3. 至少进行过75次潜水
4. 技潜基础潜水员 (Rec2) 或者其他协会类似证书 (需评估)
5. 14分钟内完成300米游泳
6. 憋气水下游动15米

课程时间:

课程时间为6天, 包括至少48小时教学, 内容包括理论, 陆地练习和水下练习

课程限制:

1. 符合WUD总体课程限制
2. 水中训练学生教练比例不得高于3:1
3. 在3人团队或者泉水环境下使用1/3原则进行计划, 在2人团队使用1/4原则, RB在洞穴气量计划前减去
4. 训练深度不超过30米, 最大穿越距离300米
5. 至少6米能见度
6. 不允许使用推进器
7. 不允许进行除训练目的外的其他目标潜水
8. 不允许减压潜水
9. 不允许使用阶段气瓶
10. 不允许复杂导航

课程内容

本课程通常持续6天, 共48小时课程时间, 课程将强调在美丽但是充满潜在风险的洞穴环境中潜水所需要的知识和技巧, 包括: 环境警觉性, 洞穴潜水计划, 洞穴环境, 洞穴潜水风险, 潜水紧张情绪管理, 导航, 布置引导绳, 环保, 标准程序, 紧急程序等

课程将进行12次潜水, 水下时间总共在360分钟以上, 课程要求在2个不同洞穴系统进行

课程教材

1. 网上课程-洞穴1潜水员
2. 洞穴1潜水员视频课件

课程理论

1. 洞穴潜水环境和风险
2. 安全原则和事故分析
3. 潜水装备
4. 基本潜水技巧
5. 潜水团队
6. 紧急情况处理
7. 潜水准备和计划 (4WUD)
8. 紧张情绪管理
9. 洞穴的保护

陆地练习

1. WUD装备配置
2. 线轮使用程序
3. 潜水团队的位置, 意识和沟通
4. 紧急情况处理, 包括零能见度, 共用气源, 漏气处理, 灯光故障等
5. 使用安全线轮
6. 丢失潜水员程序
7. 丢失引导绳程序

8. 基本导航，包括使用路线标志
9. 通过T

潜水技巧

1. WUD总体训练技巧
2. 导航
 - 视觉参考
 - 引导绳使用
 - 方向标志使用
 - 零能见度接触信号
3. 处理漏气的程序，30秒内开关气瓶阀（V-DRILL）
4. 共用气程序（OOA）：
 - 憋气游动
 - 在洞穴内共用气游动至少60米
5. 示范切换备用面镜程序
6. 根据洞穴结构使用不同的踢法，表现出极好的浮力控制能力
7. 示范引导绳使用
 - 有效布置引导绳
 - 有效移除引导绳
8. 模拟在零能见度情况下沿绳向洞口前进至少40米，模拟气瓶漏气，共用气，缠绕。
9. 在30秒内切换到备用电筒
10. 示范寻找丢失同伴的程序
11. 在模拟零能见度情况下，示范丢失主绳的寻找程序
12. 装备熟悉
13. 通过T路口
14. 所有原地悬浮技巧，位置变动不超过0.5米，需要防止丢失引导绳或者被引导绳缠绕，保持距离绳子1米以内，水平倾斜角度不超过10度
15. 最少穿越100米

装备要求

1. WUD总体装备要求
2. 至少2个线轮，跳线轮20米，安全线轮50米
3. 每个团队1个主线轮，长度至少90米
4. 至少6个方向标志（3个箭头，3个饼干）

WUD洞穴2潜水员课程 (CAVE 2)

前提条件

1. 符合WUD总体课程参加要求
2. 21岁以上
3. WUD洞穴1潜水员或者其他协会类似证书（需评估）
4. WUD深潜1潜水员或者其他协会类似级别（需评估），进行过至少25次减压潜水
5. 至少进行过300次潜水，150次潜水使用双瓶，至少进行过70次洞穴潜水
6. 14分钟内完成400米游泳
7. 憋气游动18米

课程时间

课程时间为6天，包括至少48小时教学，内容包括理论，陆地练习和水下练习

课程限制

1. 符合WUD总体课程限制
2. 学生教练比例不得高于2:1
3. 根据团队人数，洞穴环境，装备状况至少使用1/3原则进行计划
4. 最大训练潜水深度51米
5. 至少6米能见度
6. 不允许使用推进器
7. 不允许进行除训练目的外的其他目标潜水
8. 使用最多2个阶段气瓶和1个减压气瓶
9. 最大穿越距离800米

课程内容

本课程通常持续6天，共12次潜水，总共水下时间在360分钟以上，课程将强调延伸洞穴潜水探索，进阶导航技巧（包括跳线，穿越，环形线路，虹吸），进阶气量管理，通过狭小空间，精确蛙鞋踢法，减压风险和控制，使用阶段气瓶进行潜水

课程至少在三个不同的洞穴中进行

课程教材

1. 网上课程-洞穴2潜水员
2. 洞穴2潜水员视频课件

课程理论

1. 洞穴潜水环境和风险
2. 安全原则和事故分析
3. 引导绳使用
4. 潜水团队
5. 沟通方法
6. 紧张情绪管理
7. 前进技巧和浮力控制
8. 潜水准备和计划（4WUD）
9. 高级导航技巧

陆地练习

1. 线轮使用程序
2. 潜水团队位置，意识和沟通
3. 使用安全线轮
4. 紧急情况处理，包括零能见度，共用气源，漏气处理，灯光故障
5. 丢失潜水程序
6. 丢失引导绳程序
7. 基本和进阶导航，包括跳线，穿越，环形线路

8. 阶段气瓶使用程序

潜水技巧

1. WUD总体训练技巧
2. 潜水前准备：
 - 潜水前准备和计划（4WUD）
3. 导航：
 - 视觉参考
 - 引导绳使用
 - 方向标志使用
 - 零能见度接触信号
4. 处理漏气的程序，30秒内开关气瓶阀（V-DRILL）
5. 共用气程序（S-DRILL）：
 - 憋气游动
 - 在洞穴内共用气游动至少200米
 - 在洞穴内无面镜共用气游动至少60米
6. 示范切换备用面镜程序
7. 根据洞穴结构使用不同的踢法，表现出极好的浮力控制能力
8. 示范引导绳使用
 - 有效布置引导绳
 - 有效移除引导绳
9. 模拟在零能见度情况下沿绳向洞口前进至少60米，通过跳线绳和T，模拟气瓶漏气，共用气，缠绕。
10. 在30秒内切换到备用手电筒
11. 示范寻找丢失同伴的程序
12. 在模拟零能见度情况下，示范丢失主绳的寻找程序
13. 问题解决：包括绳子缠绕，处理断绳，通过狭小空间，多引导绳处理
14. 示范进阶导航技巧，包括跳线，环形线路，穿越
15. 示范共用气通过狭小空间，包括有能见度及无能见度
16. 示范使用阶段气瓶来延长探索距离，使用减压气瓶来缩短减压时间
17. 在水中放下并挂回阶段气瓶
18. 示范使用阶段气瓶时气体供应中断处理程序，包括有能见度及无能见度
19. 示范模拟零能见度挂回阶段气瓶及切换程序
20. 示范在狭小空间使用阶段气瓶
21. 示范救援技巧
22. 示范水下指北针导航
23. 所有悬浮技巧，上下左右位置变动不超过0.5米，需要防止丢失引导绳或者被引导绳缠绕，距离引导绳1米，水平倾斜角度不超过10度
24. 穿越距离至少300米

装备要求

1. WUD总体装备要求
2. 至少2个线轮，跳线轮20米，安全线轮50米
3. 每个团队1个主线轮，长度至少90米
4. 至少10个方向标志（5个箭头，5个饼干）
5. 阶段气瓶和减压气瓶调节器，气压表

WUD 洞穴3潜水课程 (CAVE 3)

前提条件:

1. 符合WUD总体课程参加要求
2. 21岁以上
3. WUD洞穴2及深潜3或者其他协会同级别课程 (需评估)
4. 减压潜水员, 进行过至少100次减压潜水
5. 至少进行过400次潜水, 200次使用双瓶进行潜水, 150次使用双瓶进行洞穴潜水, 超过50次使用阶段气瓶进行洞穴潜水
6. 至少完成过50次推进器潜水
7. 14分钟内完成400米游泳
8. 憋气游动18米

课程时间

课程时间为7天, 共12次潜水, 其中8次使用推进器 (最多2个) 和多阶段气瓶 (最多4个) 进行穿越潜水, 4次潜水使用氮氧氮气体和减压气瓶超过51米深度 (其中一次达到75米)

课程限制

1. 符合WUD总体课程限制
2. 学生教练比例不得高于2:1
3. 根据团队人数, 洞穴环境, 装备状况至少使用1/3原则进行计划
4. 至少1次实习潜水深度需要在75米
5. 最大穿越距离不超过2000米
6. 最低能见度5米

课程内容

课程时间为7天, 共12次潜水, 其中8次使用推进器 (最多2个) 和多阶段气瓶 (最多4个) 进行穿越潜水, 4次潜水使用氮氧氮气体和减压气瓶超过51米深度 (1次超过75米)

课程教材

1. 网上课程-洞穴3潜水员
2. 洞穴3潜水员视频课件

课程理论

1. 多推进器使用程序
2. 长距离洞穴穿越计划
3. 洞穴减压计划
4. 水中再压治疗减压病方法
5. 潜水探索项目
6. 团队角色及分工 (项目负责人, 支援潜水员, 探索潜水员, 后勤等)
7. 探索技巧
8. 干衣的使用

陆地练习

1. 线轮使用程序
2. 潜水团队
3. 使用安全线轮
4. 紧急情况处理, 包括零能见度, 共用气源, 漏气处理, 灯光故障
5. 丢失潜水程序
6. 丢失引导绳程序
7. 基本和进阶导航, 包括跳线, 穿越, 环形线路
8. 使用DPV和阶段气瓶程序
9. 切换减压气瓶程序

潜水技巧

1. WUD总体训练技巧
2. 潜水前准备:
 - 潜水前准备和计划 (4WUD)
3. 导航
 - 视觉参考
 - 引导绳使用
 - 方向标志使用
 - 零能见度接触信号
4. 处理漏气的程序, 30秒内开关气瓶阀 (V-DRILL)
5. 共用气程序 (S-DRILL):
 - 憋气游动
 - 在洞穴内共用气游动至少200米
 - 在洞穴内无面镜共用气游动至少60米
6. 示范切换备用面镜程序
7. 根据洞穴结构使用不同的踢法, 表现出极好的浮力控制能力
8. 示范引导绳使用
 - 有效布置引导绳
 - 有效移除引导绳
9. 模拟在零能见度情况下沿绳向洞口前进至少200米, 模拟气瓶漏气, 共用气至少90米, 解决缠绕。
10. 在30秒内切换到备用手电筒
11. 示范寻找丢失同伴的程序
12. 在模拟零能见度情况下, 示范丢失主绳的寻找程序
13. 问题解决: 包括绳子缠绕, 处理断绳, 通过狭小空间, 多引导绳处理
14. 示范进阶导航技巧, 包括跳线, 环形线路, 穿越。
15. 示范通过狭小空间程序, 示范共用气通过狭小空间
16. 示范使用阶段气瓶来延长探索距离, 使用减压气瓶来缩短减压时间
17. 在水中放下并挂回阶段气瓶, 上下浮动不超过0.5米
18. 示范使用阶段气瓶时气体供应中断处理程序
19. 示范模拟零能见度使用阶段气瓶程序
20. 示范在狭小空间使用阶段气瓶
21. 示范熟练掌握RATIO DECO, 在丢失一种减压气体后知道如何更改减压计划
22. 示范熟练安全驾驶DPV, 查看气压表
23. 使用DPV并布置引导绳
24. 使用DPV气体供应中断处理程序
25. 多DPV切换程序
26. 处理无法停下的DPV, 拖带DPV因故障无法使用的潜水员
27. 测试DPV和游动时间差别及气体消耗差别
28. 示范直接通过气瓶阀或者高低压管呼吸气体
29. 示范救援技巧
30. 干衣的使用
31. 所有原地下悬浮练习, 上下左右浮动不超过0.5米, 防止丢失引导绳和被引导绳缠绕, 距离引导绳1米距离, 水平倾斜角度不超过10度
32. 至少1次实习潜水穿越距离在1.5公里

装备要求

1. WUD总体装备要求
2. 至少2个线轮, 跳线轮20米, 安全线轮50米
3. 每个团队1个主线轮, 长度至少90米
4. 至少10个方向标志 (5个箭头, 5个饼干)
5. 至少1个DPV
6. 阶段气瓶和减压气瓶调节器, 气压表

WUD侧挂洞穴1潜水员课程 (SIDEMOUNT CAVE 1)

前提条件:

1. 符合WUD总体课程参加要求
2. 18岁以上
3. 至少进行过75次潜水
4. 洞穴侧挂基础潜水员课程或者其他协会类似证书(需评估)
5. 14分钟内完成300米游泳
6. 憋气水下游动15米

课程时间:

课程时间为5天, 包括至少40小时教学, 内容包括理论, 陆地练习和水下练习

课程限制:

1. 符合WUD总体课程限制
2. 水中训练学生教练比例不得高于3:1
3. 在3人团队或者泉水环境下使用1/3原则进行计划, 在2人团队使用1/4原则, RB在洞穴气量计划前减去
4. 训练深度不超过30米, 最大穿越距离200米
5. 至少6米能见度
6. 不允许使用推进器
7. 不允许进行除训练目的外的其他目标潜水
8. 不允许减压潜水
9. 不允许使用阶段气瓶
10. 不允许负责导航

课程内容

本课程通常持续6天, 共48小时课程时间, 课程将强调在美丽但是充满潜在风险的洞穴环境中潜水所需要的知识和技巧, 包括: 环境警觉性, 洞穴潜水计划, 洞穴环境, 洞穴潜水风险, 潜水紧张情绪管理, 导航, 布置引导绳, 环保, 标准程序, 紧急程序等

课程将进行12次潜水, 水下时间总共在360分钟以上, 课程要求在2个不同洞穴系统进行

课程教材

1. 网上课程-洞穴1潜水员
2. 洞穴1潜水员视频课件

课程理论

1. 洞穴潜水环境和风险
2. 安全原则和事故分析
3. 潜水装备
4. 基本潜水技巧
5. 潜水团队
6. 紧急情况处理
7. 潜水准备和计划 (4WUD)
8. 紧张情绪管理
9. 洞穴的保护

陆地练习

1. WUD装备配置
2. 线轮使用程序
3. 潜水团队的位置, 意识和沟通
4. 紧急情况处理, 包括零能见度, 共用气源, 漏气处理, 灯光故障等
5. 使用安全线轮
6. 丢失潜水员程序
7. 丢失引导绳程序

8. 基本导航，包括使用路线标志
9. 通过T

潜水技巧

1. WUD总体训练技巧
2. 导航
 - 视觉参考
 - 引导绳使用
 - 方向标志使用
 - 零能见度接触信号
3. 处理漏气的程序，30秒内开关气瓶阀（V-DRILL）
4. 共用气程序（OOA）：
 - 憋气游动
 - 在洞穴内共用气游动至少60米
5. 示范切换备用面镜程序
6. 根据洞穴结构使用不同的踢法，表现出极好的浮力控制能力
7. 示范引导绳使用
 - 有效布置引导绳
 - 有效移除引导绳
8. 模拟在零能见度情况下沿绳向洞口前进至少40米，模拟气瓶漏气，共用气，缠绕。
9. 在30秒内切换到备用电筒
10. 示范寻找丢失同伴的程序
11. 在模拟零能见度情况下，示范丢失主绳的寻找程序
12. 装备熟悉
13. 通过T路口
14. 所有原地悬浮技巧，位置变动不超过0.5米，需要防止丢失引导绳或者被引导绳缠绕，保持距离绳子1米以内，水平倾斜角度不超过10度
15. 最少穿越100米

装备要求

1. WUD总体装备要求
2. 至少2个线轮，跳线轮20米，安全线轮50米
3. 每个团队1个主线轮，长度至少90米
4. 至少6个方向标志（3个箭头，3个饼干）

WUD侧挂洞穴2潜水员课程 (SIDEMOUNT CAVE 2)

前提条件

1. 符合WUD总体课程参加要求
2. 21岁以上
3. WUD侧挂洞穴1潜水员或者其他协会类似证书（需评估）
4. 至少进行过150次侧挂潜水，至少进行过50次洞穴潜水
5. 14分钟内完成400米游泳
6. 憋气游动18米

课程时间

课程时间为5天，包括至少40小时教学，内容包括理论，陆地练习和水下练习

课程限制

1. 符合WUD总体课程限制
2. 学生教练比例不得高于2:1
3. 根据团队人数，洞穴环境，装备状况至少使用1/3原则进行计划
4. 最大训练潜水深度30米
5. 至少6米能见度
6. 不允许使用推进器
7. 不允许进行除训练目的外的其他目标潜水
8. 不允许减压潜水
9. 最少穿越距离400米，最大穿越距离600米

课程内容

本课程通常持续5天，共10次潜水，总共水下时间在360分钟以上，课程将强调延伸洞穴潜水探索，进阶导航技巧（包括跳线，穿越，环形线路，虹吸），通过狭小空间，精确蛙鞋踢法，减压风险和控制，使用阶段气瓶进行潜水

课程至少在三个不同的洞穴中进行

课程教材

1. 网上课程-洞穴2潜水员
2. 洞穴2潜水员视频课件

课程理论

1. 洞穴潜水环境和风险
2. 安全原则和事故分析
3. 引导绳使用
4. 潜水团队
5. 沟通方法
6. 紧张情绪管理
7. 前进技巧和浮力控制
8. 潜水准备和计划（4WUD）
9. 高级导航技巧

陆地练习

1. 线轮使用程序
2. 潜水团队位置，意识和沟通
3. 使用安全线轮
4. 紧急情况处理，包括零能见度，共用气源，漏气处理，灯光故障
5. 丢失潜水程序
6. 丢失引导绳程序

7. 基本和进阶导航，包括跳线，穿越，环形线路
8. 阶段气瓶使用程序

潜水技巧

1. WUD总体训练技巧
2. 潜水前准备：
 - 潜水前准备和计划（4WUD）
3. 导航：
 - 视觉参考
 - 引导绳使用
 - 方向标志使用
 - 零能见度接触信号
4. 处理漏气的程序，30秒内开关气瓶阀（V-DRILL）
5. 共用气程序（S-DRILL）：
 - 憋气游动
 - 在洞穴内共用气游动至少200米
 - 在洞穴内无面镜共用气游动至少60米
6. 示范切换备用面镜程序
7. 根据洞穴结构使用不同的踢法，表现出极好的浮力控制能力
8. 示范引导绳使用
 - 有效布置引导绳
 - 有效移除引导绳
9. 模拟在零能见度情况下沿绳向洞口前进至少60米，通过跳线绳和T，模拟气瓶漏气，共用气，缠绕。
10. 在30秒内切换到备用电筒
11. 示范寻找丢失同伴的程序
12. 在模拟零能见度情况下，示范丢失主绳的寻找程序
13. 问题解决：包括绳子缠绕，处理断绳，通过狭小空间，多引导绳处理
14. 示范进阶导航技巧，包括跳线，环形线路，穿越。
15. 示范通过狭小空间程序，示范共用气通过狭小空间
16. 交换气瓶
17. 示范模拟零能见度挂回阶段气瓶及切换程序
18. 示范在狭小空间共用气
19. 示范救援技巧
20. 示范水下指北针导航
21. 所有悬浮技巧，上下左右位置变动不超过0.5米，需要防止丢失引导绳或者被引导绳缠绕，距离引导绳1米，水平倾斜角度不超过10度
22. 穿越距离至少300米

装备要求

1. WUD总体装备要求
2. 至少2个线轮，跳线轮20米，安全线轮50米
3. 每个团队1个主线轮，长度至少90米
4. 至少10个方向标志（5个箭头，5个饼干）

WUD侧挂阶段气瓶洞穴潜水员课程 (SIDEMOUNT STAGE CAVE)

前提条件

1. 符合WUD总体课程参加要求
2. 21岁以上
3. WUD侧挂洞穴2潜水员或者其他协会类似证书（需评估）
4. 至少进行过200次侧挂潜水，至少进行过75次洞穴潜水
5. 14分钟内完成400米游泳
6. 憋气游动18米

课程时间

课程时间为4天，包括至少32小时教学，内容包括理论，陆地练习和水下练习

课程限制

1. 符合WUD总体课程限制
2. 学生教练比例不得高于2:1
3. 根据团队人数，洞穴环境，装备状况至少使用1/3原则进行计划
4. 最大训练潜水深度30米
5. 至少6米能见度
6. 不允许使用推进器
7. 不允许进行除训练目的外的其他目标潜水
8. 不允许减压潜水
9. 最少穿越距离500米，最大穿越距离900米

课程内容

本课程通常持续4天，共8次潜水，总共水下时间在480分钟以上，课程将强调延伸洞穴潜水探索，进阶导航技巧（包括跳线，穿越，环形线路，虹吸），使用阶段气瓶进行潜水

WUD侧挂进阶狭窄空间潜水员课程 (ADVANCE SIDEMOUNT CAVE)

前提条件

1. 符合WUD总体课程参加要求
2. 21岁以上
3. WUD侧挂洞穴2潜水员或者其他协会类似证书（需评估）
4. 至少进行过200次侧挂潜水，至少进行过75次洞穴潜水
5. 14分钟内完成400米游泳
6. 憋气游动18米

课程时间

课程时间为3天，包括至少20小时教学，内容包括理论，陆地练习和水下练习

课程限制

1. 符合WUD总体课程限制
2. 学生教练比例不得高于1:1
3. 根据团队人数，洞穴环境，装备状况至少使用1/3原则进行计划
4. 最大训练潜水深度30米
5. 至少6米能见度
6. 不允许使用推进器
7. 不允许进行除训练目的外的其他目标潜水
8. 不允许减压潜水
9. 最大穿越距离400米

课程内容

本课程通常持续3天，共6次潜水，总共水下时间在360分钟以上，课程将强调狭窄洞穴潜水探索，如何将气瓶推往身前，通过狭小空间，如何整理装备和评估风险

WUD沉船1潜水员课程 (WRECK 1)

前提条件

1. 符合WUD总体课程参加要求
2. 18岁以上
3. 至少进行过75次潜水
4. 完成技潜基础潜水员课程 (Rec2) 或者其他协会类似课程 (需要完成评估)
5. 14分钟内完成300米游泳
6. 憋气水平游动15米

课程时间

课程时间为6天，包括至少48小时教学，内容包括理论，陆地练习和水下练习

课程限制

1. 符合WUD总体课程限制
2. 水中训练学生教练比例不得高于3:1
3. 在3人团队使用1/3原则进行计划，在2人团队使用1/4原则，RB在穿越气量计划前减去
4. 训练深度不超过30米
5. 至少6米能见度
6. 不允许使用推进器
7. 不允许进行除训练目的外的其他目标潜水
8. 不允许减压潜水
9. 不允许使用阶段气瓶

课程内容

本课程通常持续6天，共48小时课程时间，课程将强调在壮观但是充满潜在风险的沉船环境中潜水所需要的知识和技巧，包括：环境警觉性，沉船潜水计划，沉船环境，沉船潜水风险，潜水紧张情绪管理，导航，布置引导绳，环保，标准程序，紧急程序等

课程将进行12次潜水，水下时间总共在360分钟以上

课程教材

1. 网上课程-沉船1潜水员
2. 沉船1潜水视频课件

课程理论

1. 沉船潜水环境和风险
2. 安全原则和事故分析
3. 引导绳使用
4. 潜水团队
5. 沟通方法
6. 紧张情绪管理
7. 前进技巧和浮力控制
8. 潜水准备和计划 (4WUD)
9. 沉船的保护和法律责任

陆地练习

1. WUD装备配置
2. 线轮使用程序
3. 潜水团队位置，意识和沟通
4. 紧急情况处理，包括零能见度，共用气源，漏气处理，灯光故障等
5. 使用安全线轮
6. 丢失潜水程序
7. 丢失引导绳程序
8. 基本导航，包括使用路线标志

潜水技巧

1. WUD总体训练技巧
2. 潜水前准备：
提前准备和计划（4WUD）
3. 导航：
 - 视觉参考
 - 引导绳使用
 - 方向标志使用
 - 零能见度接触信号
4. 处理漏气的程序，30秒内开关气瓶阀（V-DRILL）
5. 共用气程序（OOA）：
 - 憋气游动
 - 在沉船内共用气游动至少30米
6. 示范切换备用面镜程序
7. 根据沉船结构使用不同的踢法，表现出极好的浮力控制能力
8. 示范引导绳使用
 - 有效布置引导绳
 - 有效移除引导绳
9. 模拟在零能见度情况下沿绳向出口前进至少20米，模拟气瓶漏气，共用气，缠绕。
10. 在30秒内切换到备用电筒
11. 示范寻找丢失同伴的程序
12. 在模拟零能见度情况下，示范丢失主绳的寻找程序
13. 所有悬浮技巧，上下左右位置变动不超过0.5米，需要防止丢失引导绳或者被引导绳缠绕，保持距离绳子1米以内，水平倾斜角度不超过10度

装备要求

1. WUD总体装备要求
2. 至少2个线轮，跳线轮20米，安全线轮50米
3. 每个团队1个主线轮，长度至少90米
4. 至少6个方向标志（3个箭头，3个饼干）
5. 潜水主灯和备用灯

WUD沉船2潜水员课程 (WRECK 2)

前提条件

1. 符合WUD总体课程参加要求
2. 18岁以上
3. 完成WUD深潜1和沉船1（或者洞穴1）潜水员或者其他协会类似证书（需评估）
4. 进行过至少25次减压潜水使用1个减压气瓶
5. 至少进行过150次潜水，60次潜水使用双瓶，50次封闭空间穿越潜水
6. 14分钟内完成400米游泳
7. 憋气游动18米

课程时间

课程时间为6天，包括至少48小时教学，内容包括理论，陆地练习和水下练习

课程限制

1. 符合WUD总体课程限制
2. 学生教练比例不得高于2:1
3. 根据团队人数，沉船环境，装备状况至少使用1/3原则进行计划
4. 最大训练潜水深度51米
5. 至少6米能见度
6. 允许沉船外使用推进器
7. 不允许进行除训练目的外的其他目标潜水
8. 使用最多1个阶段气瓶和1个减压气瓶

课程内容

本课程通常持续6天，共12次潜水，总共水下时间在360分钟以上，课程将强调延伸沉船潜水探索，进阶导航技巧（包括跳线和T型路口），进阶气量管理，通过狭小空间，精确蛙鞋踢法，减压风险和控制在，使用阶段气瓶和推进器进行潜水探索

课程教材

1. 网上课程-沉船2潜水员
2. 沉船2潜水员视频课件

课程理论

1. 沉船潜水环境和风险
2. 安全原则和事故分析
3. 引导绳使用
4. 潜水团队
5. 沟通方法
6. 紧张情绪管理
7. 前进技巧和浮力控制
8. 潜水准备和计划（4WUD）
9. 高级导航技巧
10. DPV的历史，结构，使用，气量计划和紧急处理

陆地练习

1. 线轮使用程序
2. 潜水团队位置，意识和沟通
3. 使用安全线轮
4. 紧急情况处理，包括零能见度，共用气源，漏气处理，灯光故障
5. 丢失潜水程序
6. 丢失引导绳程序
7. 基本和进阶导航，包括跳线，穿越，环形线路
8. 阶段气瓶使用程序

9. DPV的使用和紧急处理

潜水技巧

1. WUD总体训练技巧
2. 潜水前准备：
 - 潜水前准备和计划（4WUD）
3. 3. 导航：
 - 视觉参考
 - 引导绳使用
 - 方向标志使用
 - 零能见度接触信号
4. 处理漏气的程序，30秒内开关气瓶阀（V-DRILL）
5. 共用气程序（S-DRILL）：
 - 憋气游动
 - 在沉船内共用气游动至少30米
 - 在沉船内无面镜共用气游动至少20米
6. 示范切换备用面镜程序
7. 根据沉船结构使用不同的踢法，表现出极好的浮力控制能力
8. 示范引导绳使用
 - 有效布置引导绳
 - 有效移除引导绳
9. 模拟在零能见度情况下沿绳向沉船出口前进至少30米，通过跳线绳和T，模拟气瓶漏气，共用气，缠绕。
10. 在30秒内切换到备用手电筒
11. 示范寻找丢失同伴的程序
12. 在模拟零能见度情况下，示范丢失主绳的寻找程序
13. 问题解决：包括绳子缠绕，处理断绳，通过狭小空间，多引导绳处理
14. 示范进阶导航技巧，包括跳线，环形线路，穿越。
15. 示范通过狭小空间程序，示范共用气通过狭小空间
16. 示范使用阶段气瓶来延长探索距离，使用减压气瓶来缩短减压时间
17. 在沉船放下并挂回阶段气瓶，上下浮动不超过0.5米
18. 示范使用阶段气瓶时气体供应中断处理程序
19. 示范模拟零能见度挂回阶段气瓶程序
20. 示范在狭小空间使用阶段气瓶
21. 示范救援技巧
22. 示范水下指北针导航
23. 熟练驾驶DPV
24. 驾驶DPV处理紧急情况（拖拽，共用气和无法停止的DPV）
25. 所有原地悬浮技巧，上下左右位置变动不超过0.5米，需要防止丢失引导绳或者被引导绳缠绕，距离引导绳1米

装备要求

1. WUD总体装备要求
2. 至少2个线轮，跳线轮20米，安全线轮50米
3. 每个团队1个主线轮，长度至少90米
4. 至少10个方向标志（5个箭头，5个饼干）
5. 阶段气瓶和减压气瓶调节器，气压表
6. DPV
7. 潜水主灯和备用灯

WUD沉船3潜水员课程 (WRECK 3)

前提条件

1. 符合WUD总体课程参加要求
2. 21岁以上
3. WUD深潜2和沉船2 (也可以是洞穴2) 潜水员, 或者其他协会类似证书 (需评估)
4. 至少进行过200次潜水, 100次潜水使用双瓶
5. 进行过至少75次减压潜水, 30次使用2个以上的减压/阶段气瓶
6. 进行过至少100次封闭空间穿越潜水
7. 14分钟内完成400米游泳
8. 憋气游动18米

课程时间

课程时间为6天, 包括至少48小时教学, 内容包括理论, 陆地练习和水下练习

课程限制

1. 符合WUD总体课程限制
2. 学生教练比例不得高于2:1
3. 根据团队人数, 沉船环境, 装备状况至少使用1/3原则进行计划
4. 最大训练潜水深度63米, END 30米
5. 至少6米能见度
6. 允许沉船外使用推进器
7. 不允许进行除训练目的外的其他目标潜水
8. 使用最多2个阶段气瓶和2个减压气瓶

课程内容

本课程通常持续6天, 共12次潜水, 总共水下时间在360分钟以上, 课程将强调多气瓶延伸沉船潜水探索, 进阶气量管理, 进阶导航技巧, 通过狭小空间, 精确蛙鞋踢法, 减压风险和控制。课程至少要进行4次63米深度的沉船潜水探索

课程教材

1. 网上课程-沉船3潜水员
2. 沉船3潜水员视频课件

课程理论

1. 沉船潜水环境和风险
2. 安全原则和事故分析
3. 潜水团队分工和配合
4. 紧张情绪管理
5. 深潜沉船潜水技巧
6. 潜水准备和计划 (4WUD)
7. 高级导航技巧
8. 沉船地图绘制
9. 寒冷水域潜水注意事项及干衣使用

陆地练习

1. 线轮使用程序
2. 潜水团队位置, 意识和沟通
3. 使用安全线轮
4. 紧急情况处理, 包括零能见度, 共用气源, 漏气处理, 灯光故障
5. 丢失潜水程序
6. 丢失引导绳程序
7. 切换阶段/减压气瓶程序
8. 多阶段/减压气瓶使用程序

9. 多阶段/减压气瓶互换程序
10. 高级导航技巧

潜水技巧

1. WUD总体训练技巧
2. 潜水前准备：
 - 潜水前准备和计划（4WUD）
3. 导航：
 - 视觉参考
 - 引导绳使用
 - 方向标志使用
 - 零能见度接触信号
4. 处理漏气的程序，30秒内开关气瓶阀（V-DRILL）
5. 共用气程序（S-DRILL）：
 - 憋气游动
 - 在沉船内共用气游动至少30米
 - 在沉船内无面镜共用气游动至少20米
6. 示范切换备用面镜程序
7. 根据沉船结构使用不同的踢法，表现出极好的浮力控制能力
8. 示范引导绳使用
 - 有效布置引导绳
 - 有效移除引导绳
9. 模拟在零能见度情况下沿绳向沉船出口前进至少30米，通过跳线绳和T，模拟气瓶漏气，共用气，缠绕。
10. 在30秒内切换到备用手电筒
11. 示范寻找丢失同伴的程序
12. 在模拟零能见度情况下，示范丢失主绳的寻找程序
13. 问题解决：包括绳子缠绕，处理断绳，通过狭小空间，多引导绳处理
14. 示范进阶导航技巧，包括跳线，T路口，穿越以及环形线路
15. 示范通过狭小空间程序，示范共用气通过狭小空间
16. 示范使用阶段气瓶来延长探索距离，使用减压气瓶来缩短减压时间
17. 在沉船放下并挂回阶段气瓶
18. 示范使用阶段气瓶时气体供应中断处理程序
19. 示范模拟零能见度挂回阶段气瓶程序
20. 示范在狭小空间使用阶段气瓶
21. 同伴互换阶段/减压气瓶（每人最少携带6个）
22. 示范救援技巧
23. 示范水下指北针导航
24. 寒冷水域沉船潜水训练，使用干衣
25. 强水流区域沉船潜水训练
26. 所有原地悬浮技巧，上下左右位置变动不超过0.5米，需要防止丢失引导绳或者被引导绳缠绕，距离引导绳1米，水平倾斜角度不超过10度

装备要求

1. WUD总体装备要求
2. 至少2个线轮，跳线轮20米，安全线轮50米
3. 每个团队1个主线轮，长度至少90米
4. 至少10个方向标志（5个箭头，5个饼干）
5. 阶段气瓶和减压气瓶调节器，气压表
6. DPV
7. 潜水主灯和备用灯

WUD JJ-CCR MOD1潜水员课程

前提条件

1. 满足参与WUD课程的总体条件
2. 至少21岁
3. WUD深潜1潜水员或者其他协会类似证书（需评估）
4. 最少150潜
5. 14分钟游动400米
6. 憋气水下游动12米，或者在模拟气体供应中断时游动15米到同伴身边求助
7. 需要在水面拖拽同伴游动10分钟
8. 示范氧气中毒急救程序

课程时间

课程时间为6天，包括至少48小时教学，内容包括理论，陆地练习和水下练习

课程限制

1. 符合WUD总体课程限制
2. 学生教练比例不得高于2:1
3. 最大训练潜水深度30米
4. 至少5米能见度
5. 不允许进行除训练目的外的其他目标潜水
6. 不允许减压潜水及封闭空间
7. PO₂不超过1.2

课程内容

本课程通常持续6天，共12次潜水，总共水下时间在360分钟以上，课程将强调如何安全使用JJ-CCR进行潜水，课程中学生将学习JJ-CCR的结构，关于封闭循环潜水的生理和物理知识，掌握基本的封闭循环潜水技巧及紧急情况处理，掌握使用封闭循环的潜水计划方法等

课程教材

1. 网上课程-JJ-CCR潜水员
2. JJ-CCR潜水员视频课件

课程理论

1. 封闭循环的历史
2. JJ-CCR的结构
3. 关于封闭循环潜水的生理和物理
4. 潜水计划（4WUD）和潜水程序
5. 封闭循环潜水的基本技巧
6. 紧急情况处理
7. JJ-CCR的储存和保养

陆地练习

1. 封闭循环的组装和拆卸
2. 填装吸附剂
3. 下水前检查程序
4. 紧急情况处理程序
5. 封闭循环的清洗及保养

潜水技巧

1. WUD总体训练技巧
2. 熟悉传统及Horga封闭循环装备配置方法
3. 水中检查程序

4. 下潜，中性浮力控制，姿态，上升及停留
5. 回路容量控制
6. 切换备用气体（传统或者Horga封闭循环装备配置方法）
7. 共用气体程序（传统或者Horga封闭循环装备配置方法）
8. 使用稀释气体及纯氧冲洗回路
9. 检查判断氧气探头显示不一致
10. 氧气分压过高
11. 氧气分压过低
12. 稀释气体不足
13. 回路进水
14. 充气故障处理
15. 主电脑表故障
16. 手动操作
17. 漏气程序（传统或者Horga封闭循环装备配置方法）
18. 释放SMB
19. 确保潜水在计划内完成
20. 完成技巧姿态不得超过15度，上下浮动不超过2米
21. 救援技巧

装备要求

1. WUD总体装备要求
2. JJ-CCR
3. SMB
4. 恰当的备用气体

WUD JJ-CCR MOD2潜水员课程

前提条件

1. 满足参与WUD课程的总体条件
2. 至少21岁
3. WUD深潜2潜水员或者其他协会类似证书（需评估）
5. 最少200潜，其中减压潜水至少50次，封闭循环潜水时间50小时
4. 14分钟游动400米
5. 憋气水下游动12米，或者在模拟气体供应中断时游动15米到同伴身边求助
6. 需要在水面拖拽同伴游动10分钟
7. 示范氧气中毒急救程序

课程时间

课程时间为6天，包括至少48小时教学，内容包括理论，陆地练习和水下练习

课程限制

1. 符合WUD总体课程限制
2. 学生教练比例不得高于2:1
3. 最大训练深度51米
4. 至少5米能见度
5. 不允许进行除训练目的外的其他目标潜水
6. 使用合适气体，最多1个阶段气瓶和2个减压气瓶
7. PO₂不超过1.2
8. 深度增加速度不超过15米/潜

课程内容

本课程通常持续5天，共10次潜水，总共水下时间在360分钟以上，课程将强调如何安全使用JJ-CCR进行减压潜水，了解如何计划，执行封闭循环减压潜水计划，如何处理紧急情况。课程要求更好的浮力控制。课程至少有4次超过45米的减压潜水。

课程教材

1. 网上课程-JJ-CCR潜水员
2. JJ-CCR潜水员视频课件

课程理论

1. 关于封闭循环潜水的生理和物理
2. 潜水计划（4WUD）和潜水程序
3. 封闭循环减压潜水的技巧
4. 紧急情况处理
5. JJ-CCR的储存和保养

陆地练习

1. 封闭循环的组装和拆卸
2. 填装吸附剂
3. 下水前检查程序
4. 紧急情况处理程序
5. 封闭循环的清洗及保养

潜水技巧

1. WUD总体训练技巧
2. 熟悉Horga封闭循环装备配置方法
3. 水中检查程序
4. 下潜，中性浮力控制，姿态，上升及停留

5. 回路容量控制
6. 切换备用水底气体
7. 切换减压气体气体，使用开放循环进行减压上升
8. 共用气体程序
9. 使用稀释气体及纯氧冲洗回路
10. 检查判断氧气探头显示不一致
11. 氧气分压过高
12. 氧气分压过低
13. 稀释气体不足
14. 回路进水
15. 充气故障处理
16. 主电脑表故障
17. 手动操作
18. 漏气程序
19. 释放SMB
20. 确保潜水在计划内完成
21. 阶段及减压气瓶取放
22. 气瓶传递及轮换程序
23. 完成技巧姿态不得超过15度，上下浮动不超过2米

装备要求

1. WUD总体装备要求
2. JJ-CCR
3. SMB
4. 恰当的水底及减压备用气体
5. 100米以上主线轮

WUD JJ-CCR MOD3潜水员课程

前提条件

1. 满足参与WUD课程的总体条件
2. 至少21岁
3. WUD深潜3潜水员或者其他协会类似证书（需评估）
6. 最少300潜，其中减压潜水至少100次，封闭循环潜水时间100小时
4. 14分钟游动400米
5. 憋气水下游动12米，或者在模拟气体供应中断时游动15米到同伴身边求助
6. 需要在水面拖拽同伴游动10分钟
7. 示范氧气中毒急救程序

课程时间

课程时间为5天，包括至少48小时教学，内容包括理论，陆地练习和水下练习

课程限制

1. 符合WUD总体课程限制
2. 学生教练比例不得高于2:1
3. 最大训练深度75米
4. 至少5米能见度
5. 不允许进行除训练目的外的其他目标潜水
6. 使用合适气体，最多4个减压及阶段气瓶
7. PO₂不超过1.2
8. 深度增加速度不超过15米/潜

课程内容

本课程通常持续5天，共10次潜水，总共水下时间在360分钟以上，课程将强调如何安全使用JJ-CCR进行减压潜水，了解如何计划，执行封闭循环减压潜水计划，如何处理紧急情况。课程要求更好的浮力控制。课程至少有4次超过63米的减压潜水。

课程教材

1. 网上课程-JJ-CCR潜水员
2. JJ-CCR潜水员视频课件

课程理论

1. 关于封闭循环潜水的生理和物理
2. 潜水计划（4WUD）和潜水程序
3. 封闭循环减压潜水的技巧
4. 紧急情况处理
5. JJ-CCR的储存和保养

陆地练习

1. 封闭循环的组装和拆卸
2. 填装吸附剂
3. 下水前检查程序
4. 紧急情况处理程序
5. 封闭循环的清洗及保养

潜水技巧

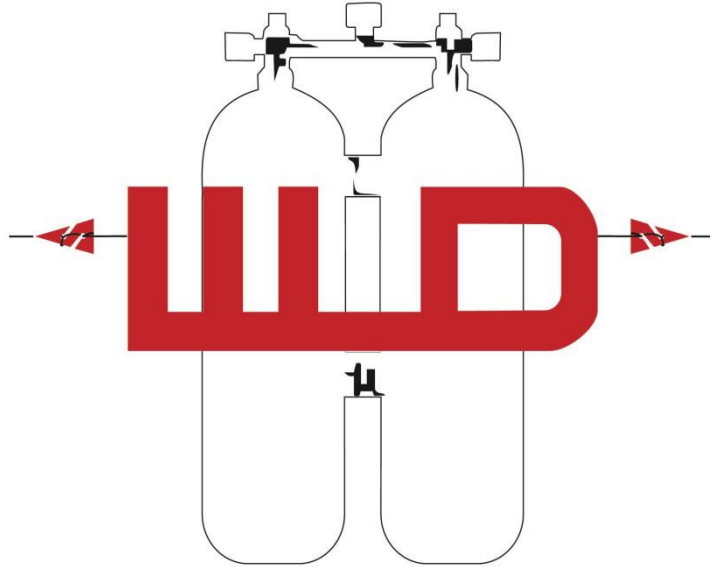
1. WUD总体训练技巧
2. 熟悉Horga封闭循环装备配置方法
3. 水中检查程序
4. 下潜，中性浮力控制，姿态，上升及停留
5. 回路容量控制

6. 切换备用水底气体
7. 切换减压气体气体，使用开放循环进行减压上升
8. 共用气体程序
9. 使用稀释气体及纯氧冲洗回路
10. 检查判断氧气探头显示不一致
11. 氧气分压过高
12. 氧气分压过低
13. 稀释气体不足
14. 回路进水
15. 充气故障处理
16. 主电脑表故障
17. 手动操作
18. 漏气程序
19. 释放SMB
20. 确保潜水在计划内完成
21. 气瓶取放程序
22. 气瓶传递及轮换程序
23. 完成技巧姿态不得超过15度，上下浮动不超过2米

装备要求

1. WUD总体装备要求
2. JJ-CCR
3. SMB
4. 恰当的水底及减压备用气体
5. 100米以上主线轮

WUD具体标准程序
教练课程标准程序
**INSTRUCTOR COURSE
STANDARD AND PROCEDURE**



「一般标准程序」中所提及的标准使用于本手册，除非具体标准程序中另有注明

WUD进阶基础教练课程 (ADVANCE FOUNDATION/REC1 INSTRUCTOR)

前提条件:

1. 符合WUD总体课程参加要求
2. 18岁以上
3. 需要14分钟完成400米游泳
4. WUD开放水域教练或者其他协会同级别教练（经过评估）
5. WUD 深潜1或者洞穴1或者沉船1或者更高级别潜水员
6. 完成至少200次潜水
7. 教授过50个潜水课程（可以是其他协会课程）

课程时间:

课程时间为8天，包括至少16小时观看教学，16小时协助教学和一次独立教学

课程限制:

1. 符合WUD总体课程限制
2. 水中训练学生教练比例不得高于6:1（根据环境，需要减少学生教练比例）
3. 训练深度不低于4米，不超过潜水员所持证书允许的最大深度，最大深度30米
4. 至少3米能见度

课程教材

1. 网上课程-进阶基础潜水员
2. 进阶基础潜水员视频课件

理论内容

1. WUD系统和程序
2. 训练安全
3. 潜水物理
4. 潜水生理
5. 潜水装备
6. 减压理论
7. 理论，陆地和 underwater 教学
8. REC1潜水员课程理论

考核标准

1. 基础理论考试至少80分
2. WUD教学系统和程序考试至少80分
3. 完成课程所有水下练习技巧示范，每项不得低于3分
4. 理论教学平均得分不低于4分，每项得分不得低于3分
5. 限制水域教学平均得分不低于4分，每项得分不得低于3分
6. 开放水域教学平均得分不低于4分，每项得分不得低于3分
7. 救援技巧
 - 水面处理疲惫潜水员
 - 水面处理惊慌潜水员
 - 携带无意识潜水员上升
 - 水面处理无意识潜水员
8. 游泳能力测试
9. 至少完成1次观看教学，1次共同教学和1次独立教学（现有教练陪伴）
最后一次独立教学应该在IE考试之后
10. 通过教练考核（IE考试）
11. 对于WUD潜水教练，可以免除1，2，7，8项内容

WUD推进器教练课程 (DPV INSTRUCTOR)

前提条件:

1. 符合WUD总体课程参加要求
2. 18岁以上
3. 需要14分钟完成400米游泳
4. WUD深潜1或者洞穴1或者沉船1或者更高级别潜水员
5. WUD进阶基础潜水教练 (Rec1)
6. 完成过至少50次DPV潜水

课程时间:

课程时间为3天, 包括至少8小时观看教学, 8小时协助教学, 对于其他协会潜水教练参加课程, 时间应该相应延长至少2天

课程限制:

1. 符合WUD总体课程限制
2. 水中训练学生教练比例不得高于4:1 (根据环境, 需要减少学生教练比例)
3. 训练深度不低于4米, 不超过潜水员所持证书允许的最大深度, 最大深度30米
4. 至少6米能见度
1. 不允许封闭空间潜水和减压潜水

课程内容

课程内容包括如何教授推进器的历史和结构, 使用推进器的技巧, 使用推进器的潜水计划, 团队位置和意识和推进器的紧急情况处理等

课程教材

1. 网上课程-推进器潜水员
2. 推进器潜水员视频课件

理论内容

1. WUD系统和程序
2. 训练安全
3. 潜水物理
4. 潜水生理
5. 潜水装备
6. 减压理论
7. 理论, 陆地和水下教学
8. 推进器潜水员课程理论

考核标准

1. 基础理论考试至少80分
2. WUD教学系统和程序考试至少80分
3. 完成课程技巧示范, 不得低于3分
4. 理论教学平均得分不低于4分, 每项得分不得低于3分
5. 水下教学平均得分不低于4分, 每项得分不得低于3分
6. 救援技巧
 - 水面处理疲惫潜水员
 - 水面处理惊慌潜水员
 - 丢失潜水员程序
 - 携带无意识潜水员上升
 - 水面处理无意识潜水员
7. 游泳能力测试
8. 至少完成1次观看教学, 1次共同教学
9. 对于WUD潜水教练, 可以免除1, 2, 6, 7项内容

WUD开放水域侧挂教练课程 (OW SIDEMOUNT INSTRUCTOR)

前提条件:

1. 符合WUD总体课程参加要求
2. 18岁以上
3. 需要14分钟完成400米游泳
4. WUD侧挂洞穴基础或者更高级别潜水员
5. 教授过50个潜水课程（可以是其他协会课程）
6. 完成至少100次侧挂潜水

课程时间:

课程时间为8天，包括至少16小时观看教学，16小时协助教学和一次独立教学

课程限制:

1. 符合WUD总体课程限制
2. 水中训练学生教练比例不得高于4:1（根据环境，需要减少学生教练比例）
3. 训练深度不低于4米，不超过潜水员所持证书允许的最大深度，最大深度30米
4. 至少3米能见度

课程教材

1. 网上课程-侧挂潜水员
2. 侧挂潜水员视频课件

理论内容

1. WUD系统和程序
2. 训练安全
3. 潜水物理
4. 潜水生理
5. 潜水装备
6. 减压理论
7. 理论，陆地和水下教学
8. 侧挂潜水员课程理论

考核标准

1. 基础理论考试至少80分
2. 完成课程所有水下练习技巧示范，每项不得低于3分
3. 理论教学平均得分不低于4分，每项得分不得低于3分
4. 限制水域教学平均得分不低于4分，每项得分不得低于3分
5. 开放水域教学平均得分不低于4分，每项得分不得低于3分
6. 至少完成1次观看教学，1次共同教学

WUD技潜基础教练课程 (TECHNICAL FOUNDATION/REC2 INSTRUCTOR)

前提条件:

1. 符合WUD总体课程参加要求
2. 18岁以上
3. 需要14分钟完成400米游泳
4. WUD进阶基础教练 (REC1)
5. WUD深潜1或者洞穴1或者沉船1或者更高级别潜水员
6. 教授过50个潜水课程 (可以是其他协会课程)
7. 教授过至少5个WUD进阶基础潜水员 (学生毕业)

课程时间:

课程时间为4天, 包括至少8小时观看教学, 8小时协助教学

课程限制:

1. 符合WUD总体课程限制
2. 水中训练学生教练比例不得高于4:1 (根据环境, 需要减少学生教练比例)
3. 训练深度不低于4米, 不超过潜水员所持证书允许的最大深度, 最大深度30米
4. 至少3米能见度

课程教材

1. 网上课程-技潜基础潜水员
2. 技潜基础潜水员视频课件

理论内容

1. WUD系统和程序
2. 训练安全
3. 潜水物理
4. 潜水生理
5. 潜水装备
6. 减压理论
7. 理论, 陆地和水下教学
8. 技潜基础潜水员课程理论

考核标准

1. 基础理论考试至少80分
2. 完成课程所有水下练习技巧示范, 每项不得低于3分
3. 理论教学平均得分不低于4分, 每项得分不得低于3分
4. 限制水域教学平均得分不低于4分, 每项得分不得低于3分
5. 开放水域教学平均得分不低于4分, 每项得分不得低于3分
6. 至少完成1次观看教学, 1次共同教学

WUD侧挂洞穴基础教练课程 (SIDEMOUNT CAVE FUNDAMENTAL INSTRUCTOR)

前提条件:

1. 符合WUD总体课程参加要求
2. 18岁以上
3. 需要14分钟完成400米游泳
4. WUD洞穴1潜水员
5. 教授过5个WUD侧挂潜水课程
6. 完成至少150次侧挂潜水, 50次洞穴潜水

课程时间:

课程时间为4天, 包括至少8小时观看教学, 8小时协助教学和一次独立教学

课程限制:

1. 符合WUD总体课程限制
2. 水中训练学生教练比例不得高于4:1 (根据环境, 需要减少学生教练比例)
3. 训练深度不低于4米, 不超过潜水员所持证书允许的最大深度, 最大深度30米
4. 至少3米能见度

课程教材

1. 网上课程-侧挂潜水员
2. 侧挂潜水员视频课件

理论内容

1. WUD系统和程序
2. 训练安全
3. 潜水物理
4. 潜水生理
5. 潜水装备
6. 减压理论
7. 理论, 陆地和 underwater 教学
8. 侧挂潜水员课程理论

考核标准

1. 基础理论考试至少80分
2. 完成课程所有水下练习技巧示范, 每项不得低于3分
3. 理论教学平均得分不低于4分, 每项得分不得低于3分
4. 限制水域教学平均得分不低于4分, 每项得分不得低于3分
5. 开放水域教学平均得分不低于4分, 每项得分不得低于3分
6. 至少完成1次观看教学, 1次共同教学

WUD深潜1教练课程 (TECH DEEP 1 INSTRUCTOR)

前提条件:

1. 符合WUD总体课程参加要求
2. 18岁以上
3. 需要14分钟完成400米游泳
4. WUD 深潜2潜水员
5. WUD 技潜基础教练及以上
6. 100次以上减压潜水经验
7. 教授过10个WUD进阶基础潜水员, 5个技潜基础潜水员, 或者其他协会同级别类似课程

课程时间:

课程时间为8天, 包括至少16小时观看教学, 16小时协助教学和一次独立教学

课程限制:

1. 符合总体课程训练标准
2. 水中训练学生教练比例不得高于3:1
3. 最大深度51米, 最低能见度5米
4. 标准主气瓶气体为空气或者21/35
5. 标准减压气体 EAN50
6. 不允许封闭空间

理论内容

1. WUD系统和程序
2. 训练安全
3. 深潜1潜水员课程理论

考核标准

1. 基础理论考试至少80分
2. 完成课程所有水下练习技巧示范, 每项不得低于3分
3. 理论教学平均得分不低于4分, 每项得分不得低于3分
4. 限制水域教学平均得分不低于4分, 每项得分不得低于3分
5. 开放水域教学平均得分不低于4分, 每项得分不得低于3分
6. 救援技巧
 - 携带无意识潜水员上升
 - 水面处理无意识潜水员
7. 至少完成1次观看教学, 1次共同教学和1次独立教学 (现有教练陪伴)
最后一次独立教学应该在IE考试之后
8. 通过教练考试 (IE考试)

WUD深潜2教练课程 (TECH DEEP 2 INSTRUCTOR)

前提条件:

1. 符合WUD总体课程参加要求
2. 18岁以上
3. 需要14分钟完成400米游泳
4. WUD 深潜3潜水员
5. WUD 深潜1教练
6. 200次以上减压潜水经验
7. 至少75潜以上使用推进器经验
8. 教授过10个深潜1潜水员, 或者其他协会同级别类似课程

课程时间:

课程时间为10天, 包括至少32小时观看教学, 32小时协助教学和一次独立教学

课程限制

1. 符合总体课程训练标准
2. 水中训练学生教练比例不得高于2:1
3. 最大深度63米, 最低能见度5米
4. 标准主气瓶气体21/35, 18/45
5. 标准减压气体 EAN50 and O2
6. 最多可以增加一个阶段气瓶
7. 不允许封闭空间

课程内容

需要了解减压潜水的历史和现状, 物理学, 生理学, 减压表格, RATIO DECO和其他考虑, 需要了解进入减压潜水可能发生的紧急情况并随时准备好处理。

课程教材

1. 网上教程-深潜2潜水员
2. WUD深潜2视频课件

理论内容

1. WUD系统和程序
2. 训练安全
3. 深潜2潜水员课程理论

考核标准

1. 基础理论考试至少80分
2. 完成课程所有水下练习技巧示范, 每项不得低于3分
3. 理论教学平均得分不低于4分, 每项得分不得低于3分
4. 限制水域教学平均得分不低于4分, 每项得分不得低于3分
5. 开放水域教学平均得分不低于4分, 每项得分不得低于3分
6. 至少完成1次观看教学, 1次共同教学和1次独立教学 (现有教练陪伴)

WUD深潜3教练课程 (TECH DEEP 3 INSTRUCTOR)

前提条件:

1. 符合WUD总体课程参加要求
2. 18岁以上
3. 需要14分钟完成400米游泳
4. WUD 深潜3潜水员
5. WUD 深潜2教练
6. 300次以上减压潜水经验
7. 教授过10个深潜2潜水员, 或者其他协会同级别类似课程

课程时间:

课程时间为10天, 包括至少32小时观看教学, 32小时协助教学和一次独立教学

课程限制

1. 符合总体课程训练标准
2. 水中训练学生教练比例不得高于2:1
3. 最大深度75米
4. 标准主气瓶气体21/35, 18/45, 15/55
5. 标准减压气体 21/35, 35/25, EAN50和 O2
6. 最多增加一个阶段气瓶
7. 不允许封闭空间

课程内容

需要了解减压潜水的历史和现状, 物理学, 生理学, 减压表格, RATIO DECO和其他考虑, 需要了解进入减压潜水可能发生的紧急情况并随时准备好处理。

课程教材

1. 网上教程-深潜3潜水员
2. WUD深潜3视频课件

理论内容

1. WUD系统和程序
2. 训练安全
3. 深潜3潜水员课程理论

考核标准

1. 基础理论考试至少80分
2. 完成课程所有水下练习技巧示范, 每项不得低于3分
3. 理论教学平均得分不低于4分, 每项得分不得低于3分
4. 限制水域教学平均得分不低于4分, 每项得分不得低于3分
5. 开放水域教学平均得分不低于4分, 每项得分不得低于3分
6. 至少完成1次观看教学, 1次共同教学和1次独立教学 (现有教练陪伴)

WUD洞穴1教练课程 (CAVE 1 INSTRUCTOR)

前提条件:

1. 符合WUD总体课程参加要求
2. 18岁以上
3. 需要14分钟完成400米游泳
4. WUD深潜1潜水员
5. WUD洞穴2潜水员
6. WUD 技潜基础教练及以上
7. 100次以上洞穴潜水经验
8. 教授过10个WUD进阶基础潜水员, 5个技潜基础潜水员, 或者其他协会同级别类似课程

课程时间:

课程时间为10天, 包括至少32小时观看教学, 32小时协助教学和一次独立教学

课程限制:

1. 符合WUD总体课程限制
2. 水中训练学生教练比例不得高于3:1
3. 在3人团队或者泉水环境下使用1/3原则进行计划, 在2人团队使用1/4原则, RB在洞穴气量计划前减去
4. 训练深度不超过30米
5. 至少6米能见度
6. 不允许使用推进器
7. 不允许进行除训练目的外的其他目标潜水
8. 不允许减压潜水
9. 不允许使用阶段气瓶

课程教材

1. 网上课程-洞穴1潜水员
2. 洞穴1潜水员视频课件

理论内容

1. WUD系统和程序
2. 训练安全
3. 洞穴1潜水员课程理论

考核标准

1. 基础理论考试至少80分
2. 完成课程所有水下练习技巧示范, 每项不得低于3分
3. 理论教学平均得分不低于4分, 每项得分不得低于3分
4. 限制水域教学平均得分不低于4分, 每项得分不得低于3分
5. 开放水域教学平均得分不低于4分, 每项得分不得低于3分
6. 救援技巧
 - 水下携带无意识潜水员水平推进至少100米
 - 水面处理无意识潜水员
7. 至少完成1次观看教学, 1次共同教学和1次独立教学 (现有教练陪伴)
最后一次独立教学应该在IE考试之后
8. 通过教练考核评审委员会评估 (IE考试)

WUD侧挂洞穴1教练课程 (SIDEMOUNT CAVE 1 INSTRUCTOR)

前提条件:

1. 符合WUD总体课程参加要求
2. 18岁以上
3. 需要14分钟完成400米游泳
4. WUD侧挂洞穴2潜水员
5. WUD侧挂洞穴基础教练及以上
6. 100次以上洞穴潜水经验
9. 教授过10个WUD侧挂或者进阶基础课程, 5个技潜基础课程或者侧挂洞穴基础课程, 或者其他协会同级别类似课程

课程时间:

课程时间为10天, 包括至少32小时观看教学, 32小时协助教学和一次独立教学

课程限制:

1. 符合WUD总体课程限制
2. 水中训练学生教练比例不得高于3:1
3. 在3人团队或者泉水环境下使用1/3原则进行计划, 在2人团队使用1/4原则, RB在洞穴气量计划前减去
4. 训练深度不超过30米
5. 至少6米能见度
6. 不允许使用推进器
7. 不允许进行除训练目的外的其他目标潜水
8. 不允许减压潜水
9. 不允许使用阶段气瓶

课程教材

1. 网上课程-洞穴1潜水员
2. 洞穴1潜水员视频课件

理论内容

1. WUD系统和程序
2. 训练安全
3. 洞穴1潜水员课程理论

考核标准

1. 基础理论考试至少80分
2. 完成课程所有水下练习技巧示范, 每项不得低于3分
3. 理论教学平均得分不低于4分, 每项得分不得低于3分
4. 限制水域教学平均得分不低于4分, 每项得分不得低于3分
5. 开放水域教学平均得分不低于4分, 每项得分不得低于3分
6. 救援技巧
 - 水下携带无意识潜水员水平推进至少100米
 - 水面处理无意识潜水员
7. 至少完成1次观看教学, 1次共同教学和1次独立教学 (现有教练陪伴)
最后一次独立教学应该在IE考试之后
8. 通过教练考核评审委员会评估 (IE考试)

WUD洞穴2教练课程 (CAVE2 INSTRUCTOR)

前提条件:

1. 符合WUD总体课程参加要求
2. 18岁以上
3. 需要14分钟完成400米游泳
4. WUD深潜2潜水员
5. WUD洞穴3潜水员
6. WUD洞穴1教练及以上
7. 300次以上洞穴潜水经验
10. 教授过10个WUD洞穴1潜水员, 或者其他协会同级别类似课程

课程时间:

课程时间为10天, 包括至少32小时观看教学, 32小时协助教学和一次独立教学

课程限制

1. 符合WUD总体课程限制
2. 学生教练比例不得高于2:1
3. 根据团队人数, 洞穴环境, 装备状况至少使用1/3原则进行计划
4. 最大训练潜水深度51米
5. 至少6米能见度
6. 不允许使用推进器
7. 不允许进行除训练目的外的其他目标潜水
8. 使用最多2个阶段气瓶和1个减压气瓶
9. 最大穿越距离800米

课程内容

课程将强调延伸洞穴潜水探索, 进阶导航技巧 (包括跳线, 穿越, 环形线路, 虹吸), 进阶气量管理, 通过狭小空间, 精确蛙鞋踢法, 减压风险和控制, 使用阶段气瓶进行潜水
课程至少在三个不同的洞穴中进行

课程教材

1. 网上课程-洞穴2潜水员
2. WUD洞穴2潜水员视频课件

理论内容

1. WUD系统和程序
2. 训练安全
3. 洞穴2潜水员课程理论

考核标准

1. 基础理论考试至少80分
2. 完成课程所有水下练习技巧示范, 每项不得低于3分
3. 理论教学平均得分不低于4分, 每项得分不得低于3分
4. 限制水域教学平均得分不低于4分, 每项得分不得低于3分
5. 开放水域教学平均得分不低于4分, 每项得分不得低于3分
6. 至少完成1次观看教学, 1次共同教学和1次独立教学 (现有教练陪伴)

WUD洞穴3教练课程 (CAVE 3 INSTRUCTOR)

前提条件:

1. 符合WUD总体课程参加要求
2. 18岁以上
3. 需要14分钟完成400米游泳
4. WUD深潜3潜水员
5. WUD洞穴3潜水员
6. WUD洞穴2教练及推进器教练
7. 500次以上洞穴潜水经验
8. 教授过10个WUD洞穴2潜水员

课程时间:

课程时间为10天，包括至少32小时观看教学，32小时协助教学和一次独立教学

课程限制

1. 符合WUD总体课程限制
2. 学生教练比例不得高于1:1
3. 根据团队人数，洞穴环境，装备状况至少使用1/3原则进行计划
4. 至少1次实习潜水深度需要在75米
5. 最大穿越距离不超过2000米
6. 最低能见度5米

课程内容

课程将强调如何使用推进器和多阶段气瓶进行延伸探索

课程教材

1. 网上课程-洞穴3潜水员
2. WUD洞穴3潜水员视频课件

理论内容

1. WUD系统和程序
2. 训练安全
3. 洞穴3潜水员课程理论

考核标准

1. 基础理论考试至少80分
2. 完成课程所有水下练习技巧示范，每项不得低于3分
3. 理论教学平均得分不低于4分，每项得分不得低于3分
4. 限制水域教学平均得分不低于4分，每项得分不得低于3分
5. 开放水域教学平均得分不低于4分，每项得分不得低于3分
6. 至少完成1次观看教学，1次共同教学和1次独立教学（现有教练陪伴）

WUD沉船1教练课程 (WRECK 1 INSTRUCTOR)

前提条件:

1. 符合WUD总体课程参加要求
2. 18岁以上
3. 需要14分钟完成400米游泳
4. WUD深潜1潜水员
5. WUD沉船2或洞穴2潜水员
6. WUD 技潜基础教练及以上
7. 100次以上沉船或者洞穴潜水经验
8. 教授过10个WUD进阶基础潜水员, 5个技潜基础潜水员, 或者其他协会同级别类似课程

课程时间:

课程时间为10天, 包括至少32小时观看教学, 32小时协助教学和一次独立教学

课程限制:

1. 符合WUD总体课程限制
2. 水中训练学生教练比例不得高于3:1
3. 在3人团队使用1/3原则进行计划, 在2人团队使用1/4原则, RB在穿越气量计划前减去
4. 训练深度不超过30米
5. 至少6米能见度
6. 不允许使用推进器
7. 不允许进行除训练目的外的其他目标潜水
8. 不允许减压潜水
9. 不允许使用阶段气瓶

课程教材

1. 网上课程-沉船1潜水员
2. 沉船1潜水员视频课件

理论内容

1. WUD系统和程序
2. 训练安全
3. 沉船1潜水员课程理论

考核标准

1. 基础理论考试至少80分
2. 完成课程所有水下练习技巧示范, 每项不得低于3分
3. 理论教学平均得分不低于4分, 每项得分不得低于3分
4. 限制水域教学平均得分不低于4分, 每项得分不得低于3分
5. 开放水域教学平均得分不低于4分, 每项得分不得低于3分
6. 救援技巧
 - 携带无意识潜水员水平游动及上升
 - 水面处理无意识潜水员
7. 至少完成1次观看教学, 1次共同教学和1次独立教学 (现有教练陪伴)
最后一次独立教学应该在IE考试之后
8. 通过教练考试 (IE考试)

WUD沉船2教练课程 (WRECK 2 INSTRUCTOR)

前提条件:

1. 符合WUD总体课程参加要求
2. 18岁以上
3. 需要14分钟完成400米游泳
4. WUD深潜2潜水员
5. WUD沉船3或者洞穴2潜水员
6. WUD沉船1或者洞穴1教练, 推进器教练
7. 200次以上沉船或者洞穴潜水经验
8. 教授过10个WUD沉船1潜水员或者洞穴1潜水员, 或者其他协会同级别类似课程

课程时间:

课程时间为10天, 包括至少32小时观看教学, 32小时协助教学和一次独立教学

课程限制

1. 符合WUD总体课程限制
2. 学生教练比例不得高于2:1
3. 根据团队人数, 沉船环境, 装备状况至少使用1/3原则进行计划
4. 最大训练潜水深度51米
5. 至少6米能见度
6. 允许沉船外使用推进器
7. 不允许进行除训练目的外的其他目标潜水
8. 使用最多1个阶段气瓶和1个减压气瓶

课程内容

课程将强调延伸沉船潜水探索, 进阶导航技巧(包括跳线和T型路口), 进阶气量管理, 通过狭小空间, 精确蛙鞋踢法, 减压风险和控制, 使用阶段气瓶和推进器进行潜水探索

课程教材

1. 网上课程-沉船2潜水员
2. 沉船2潜水员视频课件

理论内容

1. WUD系统和程序
2. 训练安全
3. 沉船2潜水员课程理论

考核标准

1. 基础理论考试至少80分
2. 完成课程所有水下练习技巧示范, 每项不得低于3分
3. 理论教学平均得分不低于4分, 每项得分不得低于3分
4. 限制水域教学平均得分不低于4分, 每项得分不得低于3分
5. 开放水域教学平均得分不低于4分, 每项得分不得低于3分
6. 至少完成1次观看教学, 1次共同教学和1次独立教学(现有教练陪伴)

WUD沉船3教练课程 (WRECK 3 INSTRUCTOR)

前提条件:

1. 符合WUD总体课程参加要求
2. 18岁以上
3. 需要14分钟完成400米游泳
4. WUD深潜3潜水员
5. WUD沉船3或者洞穴3潜水员
6. WUD沉船2或者洞穴2教练, 推进器教练
7. 300次以上沉船或者洞穴潜水经验
8. 教授过10个WUD沉船2潜水员, 或者其他协会同级别类似课程

课程时间:

课程时间为10天, 包括至少32小时观看教学, 32小时协助教学和一次独立教学

课程限制

1. 符合WUD总体课程限制
2. 学生教练比例不得高于2:1
3. 根据团队人数, 沉船环境, 装备状况至少使用1/3原则进行计划
4. 最大训练潜水深度63米, END 30米
5. 至少6米能见度
6. 允许沉船外使用推进器
7. 不允许进行除训练目的外的其他目标潜水
8. 使用最多2个阶段气瓶和2个减压气瓶

课程内容

课程将强调多气瓶延伸沉船潜水探索, 进阶气量管理, 进阶导航技巧, 通过狭小空间, 精确蛙鞋踢法, 减压风险和控制。

课程教材

1. 网上课程-沉船3潜水员
2. 沉船3潜水员视频课件

理论内容

1. WUD系统和程序
2. 训练安全
3. 沉船3潜水员课程理论

考核标准

1. 基础理论考试至少80分
2. 完成课程所有水下练习技巧示范, 每项不得低于3分
3. 理论教学平均得分不低于4分, 每项得分不得低于3分
4. 限制水域教学平均得分不低于4分, 每项得分不得低于3分
5. 开放水域教学平均得分不低于4分, 每项得分不得低于3分
6. 至少完成1次观看教学, 1次共同教学和1次独立教学 (现有教练陪伴)

~ F/I/N ~