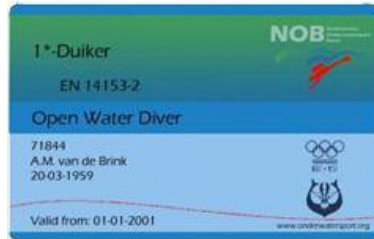


Opleidingen

De opleidingen binnen Lima Scabra worden gegeven via het systeem van de Nederlandse Onderwatersport Bond (NOB). De NOB is aangesloten bij de CMAS (Confédération Mondiale des Activités Subaquatiques). Na het succesvol doorlopen van de opleiding, wordt een brevet verkregen dat wereldwijd wordt erkend. De brevetten van de NOB hebben een CMAS certificering en worden gelijkgesteld aan het PADI-systeem.

De volgende opleidingen worden binnen Lima Scabra verzorgd:

- 1*-Duiker / Open Water Diver
- 2*-Duiker / Advanced Open Water Diver
- 3*-Duiker / Dive Master
- Redden / Rescue Diver
- 4*-Duiker / Master Scuba Diver
- Specialisaties zoals bijvoorbeeld: Nitrox, Decompressieduiken, IJsdruiken, Driftduiken, etc.



Eventueel kan na het behalen van het brevet 3*-Duiker, nog verder worden gegaan als instructeur. Sommige van de genoemde opleidingen worden gegeven door externe instructeurs.

De opleidingen bestaan uit een gedeelte theorie, een aantal lessen in het zwembad en een aantal buitenwaterduiken. Onder leiding van een ervaren team van instructeurs worden de oefeningen aangeleerd en uiteindelijk beoordeeld. De gemiddelde opleiding heeft een duur van ongeveer 2 á 3 maanden.



De buitenwatertrainingen worden gegeven op een doordeweekse avond in het Oostvoornse meer of bij het eigen duikplatform in de Noord-Aa.



Veiligheid

Veiligheid staat hoog op de agenda binnen Lima Scabra. Sportduiken is een veilige sport, mits je je aan de spelregels houdt en regelmatig oefent. Bij ieder duikevenement wordt een duikleider aangewezen en wordt voor noodgevallen een zuurstofkoffer meegenomen. Alle leden beschikken over een reanimatiediploma.

Voordelen

Lidmaatschap van Lima Scabra brengt een aantal unieke voordelen met zich mee:

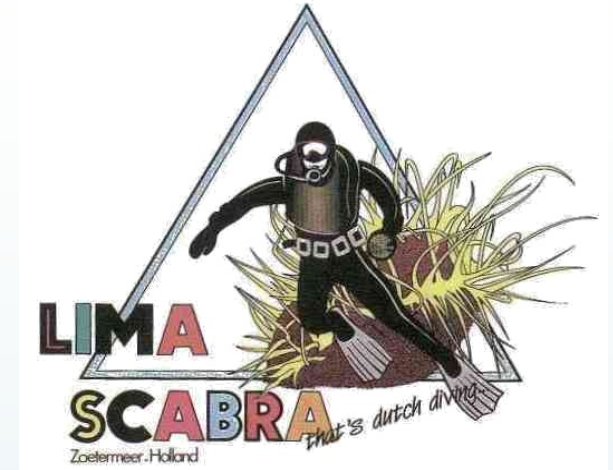
- groot aantal eigen instructeurs
- de interne opleidingen zelf zijn gratis
- verenigingsleven met veel evenementen
- gratis je fles vullen
- gratis gebruik zwembadduikset bij 1*-Duiker opleiding (beperkt aantal)
- een eigen duikplatform in de Noord-Aa
- geen winstoogmerk
- inspraak in de organisatie van de vereniging
- lidmaatschap NOB
- snorkeltraining voor kinderen van leden
- jaarlijkse reanimatiecursus met AED
- eigen bibliotheek met boeken en DVD's
- regelmatig buitenlandse reizen
- hoge korting bij aanschaf duikmaterialen

Lidmaatschap & Informatie

Om lid te worden van Lima Scabra geldt een minimum leeftijd en je moet enigszins kunnen zwemmen. Voor meer informatie kun je bellen of mailen met de secretaris of een kijkje nemen op de website van de vereniging of NOB:

<http://www.limascabra.nl>

<http://www.onderwatersport.org>



Altijd al de onderwaterwereld willen verkennen?

Helemaal gek van vissen kijken?

Al een brevet, maar je doet er niets mee?

Tijd voor beweging en een actieve hobby?

Zin om nieuwe mensen te leren kennen?

Nog nooit gedoken in Nederland?

**WORD DAN NU LID VAN
LIMA SCABRA EN
BELEEF SAMEN MET
ANDEREN DE DUIKSPORT!**

O.S.V. Lima Scabra

Postbus 5004
2701GA Zoetermeer
<http://www.limascabra.nl>

Secretaris: Marion Hersbach
tel: 079 – 361 51 54
e-mail: info@limascabra.nl

Vereniging

Lima Scabra is een onderwatersportvereniging uit Zoetermeer.

We bestaan al sinds 5 april 1979 en de naam is afgeleid van een oranje schelpje uit het Caribische gebied. Het totale aantal leden schommelt rond de 100. Het verschil met een duikschool is dat de vereniging een niet commerciële instelling heeft; we maken geen winst.



Zwembadtrainingen

Tweemaal per week worden in het zwembad trainingen gegeven. Deze hebben tot doel het verbeteren van techniek en conditie. De trainingen vinden plaats:

zondagavond in *Aquapark het Keerpunt*:

19:00 — 20:00 uur techniek / conditietraining

20:00 — 21:00 uur techniek / conditietraining

dinsdagavond in het zwembad *De Veur*:

20:45 — 21:15 uur conditietraining



Alle trainingen worden verzorgd door leden van de Trainingscommissie. De trainingen worden afgewisseld door speciale thematrainingen zoals bijvoorbeeld een nettentraining, een spelletjesavond, coopertest, ongevallensimulatie, etc.

Terwijl de training wordt gevolgd, kunnen kinderen van leden meedoen aan een snorkeltraining en hiervoor een brevet halen.

De Schelp

Eens in de twee maanden ontvangen alle leden het clubblad "De Schelp". Hierin staan verslagen van evenementen en vakanties en worden nieuwe evenementen aangekondigd.

Bibliotheek

Lima Scabra heeft zijn eigen bibliotheek met hierin boeken en DVD's die specifiek met de onderwatersport te maken hebben. Staat een boek of DVD er niet bij, dan kan een verzoek worden ingediend om dit aan te schaffen.

Evenementen

Binnen Lima Scabra staan evenementen centraal. De vereniging bindt de leden met een gezamenlijke hobby: het duiken. Deze zijn belangrijk om ook de rest van het gezin te betrekken en invulling te geven aan het duiken na de opleiding.

Binnen de vereniging zijn hiervoor twee commissies actief:

Evenementencommissie (EC); deze organiseert evenementen boven water. Een paar voorbeelden: feestavonden, mosselavonden, Paasbrunch, excursies, nieuwjaarsreceptie, nieuwjaarsduik en het jaarlijkse Pinksterkamp in Zeeland.

Clubduikcommissie (CDC); deze organiseert de duik evenementen. Te denken valt aan de clubduiken, bootduiken en barbequeduiken. De CDC organiseert ieder jaar weer een aantal duiken op voor de meeste leden onbekende duiklocaties.

De clubduiken die worden georganiseerd, vinden meestal plaats in het Zeeuwse Grevelingenmeer en de Oosterschelde. Onderwater zie je grote aantallen anemonen, sponzen en anjelieren. Hiertussen kan je onder andere grondels, donderpadden, palingen, krabben en kreeften tegenkomen. Een enkele keer zelfs een sepie, zeepaartje en kleine haaien.



Fotocommissie

De Fotocommissie van Lima Scabra legt alle evenementen vast op foto. Jaarlijks tijdens de nieuwjaarsborrel ontvangen alle leden een verjaardagskalender met fullcolour foto's, geschoten door de eigen leden. Een aantal maal per jaar wordt er een dia-avond georganiseerd.

Materiaalcommissie

Binnen Lima Scabra is materiaal in eigendom, dat gebruikt wordt bij de opleidingen, de zwembadtrainingen en de evenementen. Er zijn een beperkt aantal duiksets beschikbaar, die gebruikt kunnen worden bij de zwembadopleiding voor 1*-Duiker.

Website

Naast de publieke website met informatie over Lima Scabra, hebben leden toegang tot een afgeschermd gedeelte. Hierdoor wordt het voor de leden mogelijk direct een e-mail naar alle andere leden te sturen; bijvoorbeeld bij de aankondiging voor een nieuw evenement.



Kosten

Lid worden van de vereniging is niet duur en je bent direct aangesloten bij de Nederlandse Onderwatersport Bond (NOB). De contributie komt uiteindelijk weer terug bij de leden; niemand binnen de vereniging wordt betaald voor zijn diensten. Het eenmalige inschrijfgeld (incl. NOB) is ca. € 65. De maandelijkse contributie is ca. € 20. Een extra lid van hetzelfde gezin krijgt korting. De exacte bedragen worden jaarlijks vastgesteld en zijn terug te vinden op:

<http://groups.yahoo.com/group/limascabra/>

De enige kosten die hier dan nog bijkomen zijn de kosten van de duikuitrusting (ca. € 1500) en de keuring. De duikuitrusting kan eventueel goedkoper tweedehands worden aangeschaft. De keuring wordt meestal vergoed door de ziektekostenverzekering.

Nederlandse Onderwatersport Bond (NOB)

Lidmaatschap van Lima Scabra betekent automatisch lid zijn van de grootste duikorganisatie van Nederland, met 290 duikverenigingen en duikscholen met zo'n 20.000 aangesloten leden. De NOB behartigt de belangen van al deze leden.

Alle leden ontvangen een Nationale Sportpas, waarmee je korting krijgt bij een groot aantal bedrijven (o.a. Perry Sport). De leden zijn collectief verzekerd tegen ongevallen en aansprakelijkheid (inclusief de kosten van een decompressiebehandeling). Tien keer per jaar ontvang je een kleurrijk blad in de bus: "Onderwatersport", het magazine voor duikend Nederland.

