

Klubblad

Nr: 2, 2006
14. Årgang

Dyk sikkert
Dyk organiseret

I dette nummer:

Bestyrelse.....	2
Formandens klumme.....	3
Sommertur.....	4
Nyt fra uddannelsen.....	5
Jubilæer.....	10
Arkæologiarrangement.....	11
Junior.....	12
Opskriften.....	14
Kalenderen.....	15

www.horsensdykkerklub.dk

Bestyrelse:

Formand:	John Møller Nielsen	75 63 00 70
		Mobil: 72 42 70 07
Kasserer:	Kari-Ann Christensen	75 67 67 74
Bestyrelsesmedlem:	Ulla Nygård Hansen	75 61 77 42
	Bent Heltborg	75 61 54 47
	Bjørn B Christensen	50 71 13 39

Kontaktpersoner i klubbens udvalg:

Sikkerhed:		
Junior:	Bjørn B Christensen	50 71 13 39
Båd:	John Møller Nielsen	75 63 00 70
		Mobil: 72 42 70 07
Kompressor:	Esben Riis Nielsen	75 62 99 21
Uddannelse:	Jens Skovgaard	30 24 42 33
Arkæologi:	Jens Skovgaard	30 24 42 33
Blad:	Jens Skovgaard	30 24 42 33

Ved dødsfald hjælper vi Dem.....



Hornsleth's etfl.

BEDEMANDSFORRETNING
Sundvej 35 – 8700 Horsens

75 62 10 24

Birte Kloppenborg
Peter Evertsen
Mogens Skafte
Karsten Tinggård

Vor telefon svarer altid!

Vi kommer gerne til
Dem, for at træffe de
fornødne aftaler.

Kære dykkere

Af John Møller Nielsen

Nu er den værste vinter ved at være ovre, og jeg håber at de fleste er ved at finde udstyret ned fra loftet, og hvor det ellers ligger gemt.

Isen er smeltet, og vandet bliver varmere og varmere.

Uddannelsen er i fuld gang, og der er hørt flere rosende ord fra instruktørerne.

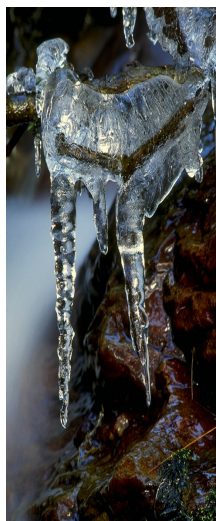
For dem der har lyst, så er der Dykningens Dag den 20. maj. Det hele foregår ved Søspeglerne i Lillebælt.

Klubben deltager i et arrangement på havnen den 24. juni med en masse deltagere fra de andre søsportsklubber. Bent er med i styregruppen. Læs mere i referatet fra det sidste klubmøde.

Husk at det stadig er muligt at tilmelde sig junituren til Gl. Aalbo camping den 9-11 juni. Man kan også bare komme og dykke en enkelt dag, hvis det passer bedre.

Gummibåd og motor er klargjort til sæsonen, og har allerede været i brug.

*- Vel mødt i vandet -
Divers do it deeper....*



Sommertur 2006

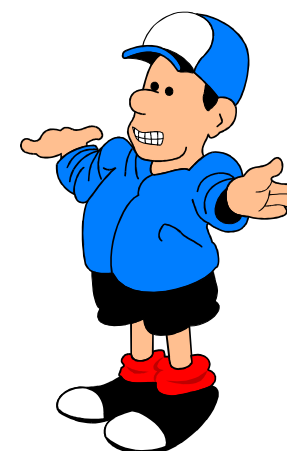
9 -10 -11 juni 2006

**Gl. Aalbo Camping
Lillebælt**

Sæt denne dato af til en dykkertur med hele familien. Det bliver svært at finde en undskyldning for ikke at komme i vandet.

<http://www.gl-aalbo.dk/>

Du skal selv bestille plads på campingpladsen. Sørg for campingpas og proviant.



Nyt fra uddannelsesudvalget

Af Jens og Per

Så er vinterens og forårets strabadser er ved at være overstået for klubbens dykkerlever.

Eleverne har vist et højt engagement og en hurtig indlæring af den viden og de færdigheder, der kræves til CMAS* sportsdykkerbevis. Det har på den ene side gjort det let for instruktørerne at lære dem det pensum, der indgår i uddannelsen. På den anden side er indlæringen gået hurtigere end forventet og dermed en opgave for instruktørerne at finde på nye 'julelege' til at holde motivationen oppe.

De nyuddannede sportsdykkere er nu modne til at samle yderligere erfaringer ved dyk i åbent vand under forskellige forhold.

Vi håber i uddannelsesudvalget at der kommer elever til et nyt

Kun positiv beretning fra CMAS* uddannelsen.

Af Jesper

Det spændende ved at lære noget nyt fortog sig, efterhånden som vinteren gik og vi havde talt hver en fuge i bunden af bassinet. Små lyspunkter var der dog i



hold CMAS* til kommende vinter og at der ligeledes blandt de et-stjernede er så stor interesse for at videreuddanne sig, at der kan blive et hold elever til CMAS**

Fra instruktørerne skal der lyde et stort til lykke til hver enkelt elev med sportsdykkerbeviset, og en tak til de der har hjulpet med at gennemføre de praktiske dyk i åbent vand.

form af de personlige sejre. Stopprøverne.

Men så fik solen atter magt og det første dyk skulle stå ved

"Ishuset" i Juelsminde. Det var stort. Først skulle vi iføres det dyrt indkøbte dykker-gear. Hvor våddragten i svømmehallen føltes som en trykkoger, kunne man "i gud's fri" mærke at det var væsentligt mere behageligt. Men ud i vandet, og pludselig åbnes en ny verden. Jeg har egentligt aldrig spekuleret på, hvad der ud over kapsler rør sig på bunden i april måned. Og jeg vil da heller ikke prale med at jeg kan huske ret meget af hvad tingene hedder. Ud over: fisk, tang, musling og "tom flaske". Men heldigvis havde jeg Jens med som makker. Og han kunne berette vidt. Ikke mindst da vi kom op. Så var det lige som om at "Politikens undersøiske fiske og plante leksikon" bare flød ud af ham.



Kruset rødblad

Men nu er man jo ved at være en erfaren dykker. Ja seks dyk har jeg da på bagen. Og så er der jo

ingenting der kan overraske en mere. Det skulle da lige være strømmen i Lillebælt. Det første dyk gik fint. Men to timer senere måtte vi på den igen. I overfladen manede alt fred og idyl. Men på 14 meter var det lige som om det gik op for os, at strømmen var taget til. Det gik faktisk fint med at styre igennem strømmen, men så ville Jens i en anden retning, altså modstrøms. Jeg mener selv jeg har en hvis erfaring med at få flydende væsker hurtigt ud af flasker (især grønne). Men når man ud over svømmefødderne også skal "tage svømmetag" for at komme få centimeter frem. Så skal jeg de rigtig nok love for at manometeret rørte på sig. Men generelt en rigtig god tur.

For at der også skal være noget tilbage at berette om for mine to skolekammerater fra dykkerprøven, vil jeg stoppe her. Men for eventuelle læsere, ud over Jens og Per. Så ligger det jo sådan at vi er blevet presset til at skrive noget til "klub sprøjten". Og det måtte kun være i positive vendinger om uddannelsen !

CMAS* Dykker
Jesper Hymøller

Uddannelsesdyk på vrage

Af Carsten

D. 17-05-06 Sidste dyk inden beviset er hjemme.

Så gik turen til Tunø (Ellen Dager) på vrage dyk. 7 personer i Michaels (Østjyllands Dykkercenter) nye gummi båd, ja selve turen fra Hov til vrage tog kun 20 min, men så var der også lukket op for alle 115 heste så det gik ganske godt. Vi fandt hurtigt ankerpladsen, hvorefter Jens lavede 3 dykker hold, 20 min til hvert hold og max 18 m.

Hold 1 var Jesper Hymøller og Jens Skovgaard. Hold 2 var jeg selv Carsten og Per Krabbenhøft. Hold 3 var John Nielsen, Daniel Nielsen og Michael (dykkercenteret)

Selve vrage lå ganske pænt ca. 5 meter fra ankeret, så det var ikke svært at finde. Efter en lille tur rundt om vrage, ja jeg prøvede at finde bare en enkelt fisk, men nej det lykkedes ikke, men ellers var det ganske spændende at se et vrage igennem en dykker maske og ikke i fjernsynet. Da tiden var ved at være gået skulle vi bare finde ankeret og så gå op langs linen, men nej den var væk for os, ja så havde jeg jo nok også rodet lidt op i bunden, så sigtbarheden var også blevet lidt

mindre, så vi lavede en direkte opstigning og kom ellers ganske pænt op hvor båden lå. Det skal lige siges at der var fisk, Michael som var med på det sidste dyk, brugte kun 15 min så var der 5 ganske pæne Torsk med op, som blev delt ud til os som kun kan se fisk når de ligger helt stille i bunden af båden.

Efter at vi var kommet tilbage til Hov havn, og udstyret var lagt på plads i bilerne var tiden til at få overrakt Beviset.. ja så er den hjemme. Nu er der bare at få brugt noget komprimeret luft.

Der skal lige lyde en tak til vores instruktører Jens Skovgaard og Per Krabbenhøft for de timer de har lagt i at få os igennem dette forløb..

MVH.

Carsten Lindhardt



Krav til viden og færdigheder til CMAS 2-stjernet sportsdykkerbevis

Af uddannelsesudvalget

Flere har på det seneste spurgt til kravene til CMAS** sportsdykkerbevis. Derfor følger de her.

Forudsætninger

Kursisten skal være fyldt 15 år ved kursets start

1. Kursisten skal have CMAS 1-stjernede dykkercertifikat eller PADI Open Water certifikat
2. Kursisten skal have en af Dansk Sportsdykker Forbund godkendt lægeattest, der er mindre end 5 år gammel (3 år for kursister over 40 år)

Viden

Dykkeren skal have en grundlæggende forståelse af :

- Dykkerfysik og -fysiologi, årsager til og symptomer på dykkerrelaterede skader og sygdomme.
- Grundlæggende førstehjælp og genoplivningsteknik.
- Problemer forbundet med dykning til større dybder: beregning af luftforbrug og korrekt anvendelse af dekompressions-tabeller.
- Udvalgelse af dykkersteder og principperne i dykkeplanlægning. .principper og metoder

anvendt ved undervandsnavigation.

Dykkerens viden og forståelse af ovenstående områder testes ved en skriftlig multiple choice prøve udarbejdet af Teknisk Udvalg under Dansk Sportsdykkerforbund.

Færdigheder

- Dykkeren skal være helt fortrolig med anvendelse af maske, finner og snorkel.
- Dykkeren skal kunne svømme i overfladen iført fuldt udstyr under anvendelse af snorkel. Dykkeren skal være helt fortrolig med anvendelse af almindeligt dykkerudstyr på dybder mellem 10 og 39 meter.
- Dykkeren skal kunne udføre selvredning og makkerredning på dybder fra 10-30 meter. Dykkeren skal kunne anvende dekompressionstabeller til både enkelte og flere på hinanden følgende dykninger.
- Dykkeren skal være helt fortrolig med undervandsnavigation,

både med og uden kompas. Dykkeren skal have erfaring fra mindst 20 dykninger i åbent vand. Mindst 10 af dykkene skal være i intervallet 10-30 meter. Minimum 1 af de 10 dyk skal være i intervallet 30-35 meter. Dykkene skal afspejle erfaring inden for dykning om natten, dykning i strømfyldt farvand, dykning under begrænset sigtbarhed mindre end 2 meter.

Dykkerens færdigheder kan bedømmes løbende gennem kurset eller ved en egentlig prøveaflægelse ved kursets slutning. Uanset om instruktøren vælger den løbende vurdering eller en afsluttende prøve skal eleven have demonstreret følgende færdigheder i åbentvand:

- 800 meter overfladesvømning med finner, maske og snorkel. Dragt kan anvendes hvis den er neutralt afbalanceret.
- Neddykning til 5 meter og 10 meter vandret svømning på dybden iført finner, maske og snorkel. Dragt kan anvendes hvis den er neutralt afbalanceret.
- 500 meters overfladesvømning på brystet iført fuldt udstyr med ånding gennem snorkel, efter-

fulgt af 100 meter overfladesvømning på ryggen uden anvendelse af snorkel eller lungeautomat.

- Af- og påtagning af maske, samt tab og genfindning af lungeautomatens mundstykke på dybder mellem 10 og 30 meter.
- Ophentning af bevidstløs makker fra dybder mellem 10 og 30 meter efterfulgt af bjergning i overfladen og ombord eller ilandtagning af forulykkede og demonstration af genoplivningsteknik.
- Redning af makker der er løbet tør for luft på dybder mellem 10 og 30 meter.
- Korrekt afbalancering under et dyk uden anvendelse af trykluft tiloppustning af BCD'en.
- Korrekt anvendelse af dekompresionstabeller ved både enkeltstående og flere på hinanden følgende dyk.
- Fungere som ligeværdigt medlem af en gruppe dykkere, både under vandet og under forberedelserne og afrigningen på land.
- Holde en retning under vand over en distance på 50 meter, både med og uden kompas.

Jubilæer 2006

Af John Møller Nielsen

Som noget nyt har klubben på sidste generalforsamling indført små gaver til dem der har 5-10-15 osv. jubi-læer i klubben. De udleveres den sidste aften i svømmehallen inden sommerferien. Da jubilæumsgaverne først er indført i 2006, så er man nødt til at vente til sit 10 års jubilæum med at få en gave, selvom man har været med i klubben i mere end 5 år. (Desværre)

1 år siger vi tillykke med:
5 års jubilæum
Katrine Tønnersen

10 års jubilæum
Torben Tjerrild
Kent Christensen

Er man forhindret i svømmehallen denne dag, kan gaverne efterfølgende afhentes hos mig.



Efter et godt vragdyk med Østjysk Dykkercenter skrives logbog, drikkes kaffe og der uddeles certifikater

Søsportsklubbernes dag i Horsens den 24. juni 2006

Klubben deltager i arrangementet ved at lave en bemandet stand med udstilling over klubbens aktiviteter. Her vil vi forsøge at markedsføre klubben, så vi forhåbentlig kan få nogle nye dykkere både til juniorafdelingen og nogle kommende elever til

sportsdykkerkurser. Der kan godt blive brug for nogle hjælpere til at bemande standen i løbet af dagen. Jo flere vi er, jo kortere perioder bliver der til hver enkelt. Kom til klubmødet i begyndelsen af juni og meld dig til en tjans

Arkæologiarrangement på Hjarnø 19. august 2006

Af Jens

I samarbejde med Horsens Museum arrangerer klubbens arkæologiuvalg en tur til Hjarnø.

Der vil blive givet en kort undervisning i ertebølletidens (ca 4.500 år f.kr.) flint, og i hvorledes fund registreres og indberettes til museet.



Tværpile fra Hjarnø

Der dykkes på steder, hvor der tidligere er fundet oldsager, så der vil forhåbentlig også denne gang dukke spændende ting frem fra havbunden.

Dybden på dykkeområdet er kun ca 1 meter, så arrangementet er også et godt tilbud til juniordykkerne.

Vi mødes på græsmarken ved Vestre Strandalle på Hjarnø lørdag den 19. august kl 10.00 (færge fra Snaptun for egen regning)

Tilmelding til Jens senest onsdag den 16. august.

Juniorlege 2006

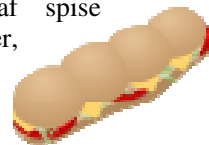
Af Cecilie

Weekenden d. 11 og 12 marts var juniorerne fra Horsens dykkerklub, inviteret til juniorlegene i Nr. Sundby. Vi mødtes i klubben tidlig morgen, og kørte med forældrene der op. Vi skulle overnatte på en skole, hvor de forskellige klubber fik et klasseværelse hver.

Og ca. 100 meter derfra lå svømmehallen.

Vi var 6 juniorer og 2 ledere af sted fra vores klub. Det var: Daniel H, Simon, Rasmus, Peter, Andreas, Cecilie og som ledere var der Daniel og Rikke.

Da vi havde pakket ud, og fået tid til af spise madpakker, skulle vi over i



svømmehallen, og gøre klar til at svømme.

Der var 4 kategorier, som man kunne stille op i.

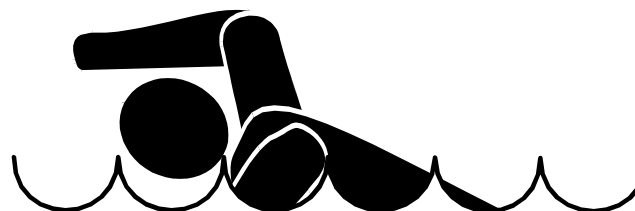
Spurt, længde dyk, finne distance og kølner bane.

Da klokken så var ved at være 18:30 skulle vi klæde om, og ud og have aftensmad. Denne gang stod menuen på Lasagne mm. Bagefter kunne man så hygge sig med nogle fra de andre klubber, indtil klokken blev 23:00, og alle juniorerne skulle i seng, hvor der blev fortalt godnat historie af Daniel N.

Næste dag, skulle vi op klokken 7:00, og have morgenmad, og så skulle vi ellers over at svømme igen.

Der blev svømmet en masse finaler, og vi endte med at komme hjem, med en bronze og en sølv medalje.

Cecilie.



Juniornyt

Hej alle sammen så blev det igen tid til et lille indlæg om hvordan det går i klubben.

Igennem vinteren har vi trænet i svømmehallen for at blive klar til den kommende udendørs sæson, og som vejret ser ud nu varer det sikkert ikke længe før de støvede våddragter skal i gang igen, så må vi jo ikke håbe at de er krøbet i løbet af vinteren ☺

I løbet af vinteren har vi også haft en tur til Kattegat centret som i kunne læse om i sidste klubblad, på denne tur var humøret højt og det at dykke med alle de slotte fisk, fik vist gejsten tilbage hos de som var blevet lidt "vintertrætte"..

Nu skal vi så til og i gang med at uddanne nye juniorer så de kan få nogle beviser, det vil vi gå i gang med snarest muligt, så de som skal med på sommerlejren ikke behøver tage det der.

Nu er sommeren over os og vi skal til at dykke i det fri. Vi glæder os til sommerlejren, der i år går til Samsø. Der er mange tilmeldte og vi ser frem til mange gode dyk. Sommerlejren er en glimrende måde at lære hinanden bedre at kende på, hvor man udover at dykke og laver andre ting sammen. Vi krydser fingre for at vejret holder..., og på Samsø får

vi som altid de lækre Samsøkartofler og der er som regel en smule koldt når vi skal morgenbade da det jo er en ø og vinden tit står på, men det plejer at foregå med højt humør og en smule hviin.

Vi bliver i år cirka 12 på sommerlejren og tilmeldingen er sendt af sted så hvis flere skulle få lysten til at tage med må de desværre vente til næste år.

Til de som er tilmeldt kan jeg fortælle at lederne på sommerlejren i år bliver Daniel, Lars og jeg selv Rikke, og at nærmere information om turen derover vil komme senere.

Vi er kommet godt i gang med at spille undervandsrugby i den sidste halve time af træningen. Den blev udvidet, så vi nu slutter 19.30. Så nu er der endnu en grund til at klø på til træningen, jo længere og jo hurtigere I kan svømme under vandet, jo bedre bliver i til UV-rugby!

Vi vil anskaffe hætter, der beskytte hovet og især ørerne når vi spiller, dem skulle vi gerne have inden sommerferien.

Ellers kan jeg bare sige at vi glæder os til endnu en sommer sammen med jer alle og håber at også i glæder jer..

Jeg tror i hvert fald at vi får fantastisk vejr i år så vi kan få masser af dyk i åbent vand.

Mange dykker hilsener fra Juniorlederne i Horsens Dykkerklub

Kertemindetorsk

Af Jens

Det er med vilje, at jeg i denne opskrift ikke har angivet mål for de forskellige ingredienser. Så kan du selv justere efter smag og behag, samt hvor mange, og hvor store torsk, du har fanget, eller hvor mange i er til middag. Retten har efter min mening fire store fordele

1. Den er let at lave
2. Den smager godt
3. Der er ikke ret meget opvask bagefter
4. Rester er velegnet til opvarming i mikroovn

Til retten bruges enten større torsk rensed og skåret i skiver på ca 2 centimeters tykkelse, eller mindre torsk skåret i filetter, der er delt op i stykker på størrelse med en almindelig svinekotelet. Fjern så mange af benene fra tor-

skens som muligt. Desuden bruges løg i rigelige mængder skåret i tynde ringe, margarine, salt, peber og karry.

I en tykbundet gryde dækkes bunden med tynde skiver margarine, derefter drysses et lag løg, derpå et lag torsk som drysses med salt, peber og karry, så igen et lag løg, torsk, salt, peber og karry. Fortsæt med at lægge i lag til du har al din torsk i gryden, eller der ikke kan være mere i den. Slut af med et par ganske tynde skiver margarine.

Sæt gryden på komfuret ved ikke for kraftig varme, når du kan høre at margarinen begynder at syde, skrues ned til svag varme, men det skal fortsætte med at syde lige så stille.

Når det øverste lag torsk er mørt er retten færdig. Det tager ikke mere end et lille kvarteres tid.

Du kan servere grovflutes til. Sauce som fisk og løg har dannet er perfekt til at dyppe brødet i. Du kan også jævne sauce og servere løse ris eller kartofler til.

Opskriften er et udmærket grundlag til at eksperimentere videre på egen hånd. Jeg har selv med succes, erstattet en del af løgene med friske fine efterårporrer skåret i tynde skiver, højst samme tykkelse som løgringene og blandet med disse. Jeg har også forsøgt mig med gulerødder, snittet i lige

så tynde skiver som en agurk til agurkesalat. Gulerodsskiverne lægges så blot som et ekstra lag mellem løg og torsk.. det eneste er at du skal slutte af med et lag torsk med krydderier og tynde skiver margarine, da det er saften fra torsken, der skal være med til at dampe de urter du putter i.

Alt efter hvor meget du opfinder din egen opskrift, kan du i stedet kalde din opskrift for Horsens Dykkerklub's torskespecialitet eller noget i den retning. Finder du på en rigtig genial opskrift, er jeg sikker på at vi kan finde spaltepads til at viderebringe den.

Kalenderen

I kalenderen for denne sommer er der afsat plads til at medlemmerne kan arrangere ture for klubbens dykkere. Da bladet jo dækker det meste af sommeren og

dermed den bedste del af dykkersæssonen vil vi opfordre til at medlemmerne arrangerer nogle ture for hinanden og annoncerer disse på klubbens hjemmeside og også gerne adviserer interesserede via E-Mail

Juni			August			September		
Rengøring: John			Rengøring: Kent			Rengøring: Bent		
01	To		01	Ti		01	Fr	
02	Fr		02	On		02	Lø	
03	Lø		03	To		03	Sø	Vagt: Esben
04	Sø	Pinsedag	04	Fr		04	Ma	36
05	Ma	2.pinsedag	05	Lø		05	Ti	
06	Ti		06	Sø		06	On	Klubmøde
07	On	20:00 Klubmøde	07	Ma	32	07	To	
08	To		08	Ti		08	Fr	
09	Fr	Campingtur	09	On	Klubmøde	09	Lø	
10	Lø	Gl. Aalbo	10	To		10	Sø	Vagt: Bent
11	Sø	Vagt: Bent	11	Fr		11	Ma	Deadline - blad
12	Ma	24	12	Lø		12	Ti	
13	Ti		13	Sø	Vagt: John	13	On	
14	On		14	Ma	33	14	To	
15	To		15	Ti		15	Fr	
16	Fr		16	On		16	Lø	
17	Lø		17	To		17	Sø	Vagt: Karin
18	Sø	Vagt: Karin	18	Fr		18	Ma	38
19	Ma	25	19	Lø	Arkæologi	19	Ti	
20	Ti		20	Sø	Vagt: Kaj	20	On	
21	On		21	Ma	34	21	To	
22	To		22	Ti		22	Fr	
23	Fr		23	On		23	Lø	
24	Lø	Søsportens Dag	24	To		24	Sø	Vagt: Kent
25	Sø	Vagt: Kent	25	Fr		25	Ma	39
26	Ma	26	26	Lø		26	Ti	
27	Ti	Junior-	27	Sø	Vagt: Thorkild	27	On	
28	On	sommerlejr	28	Ma	35	28	To	
29	To	Junior-	29	Ti		29	Fr	
30	Fr	sommerlejr	30	On		30	Lø	
1	lø	juli	31	To				

Indlæg til næste nummer af klubbladet sendes til Jens på e-mail:
jens.skovgaard@stofanet.dk senest den 11. september 2006