

Spannende sprong in 't diepe

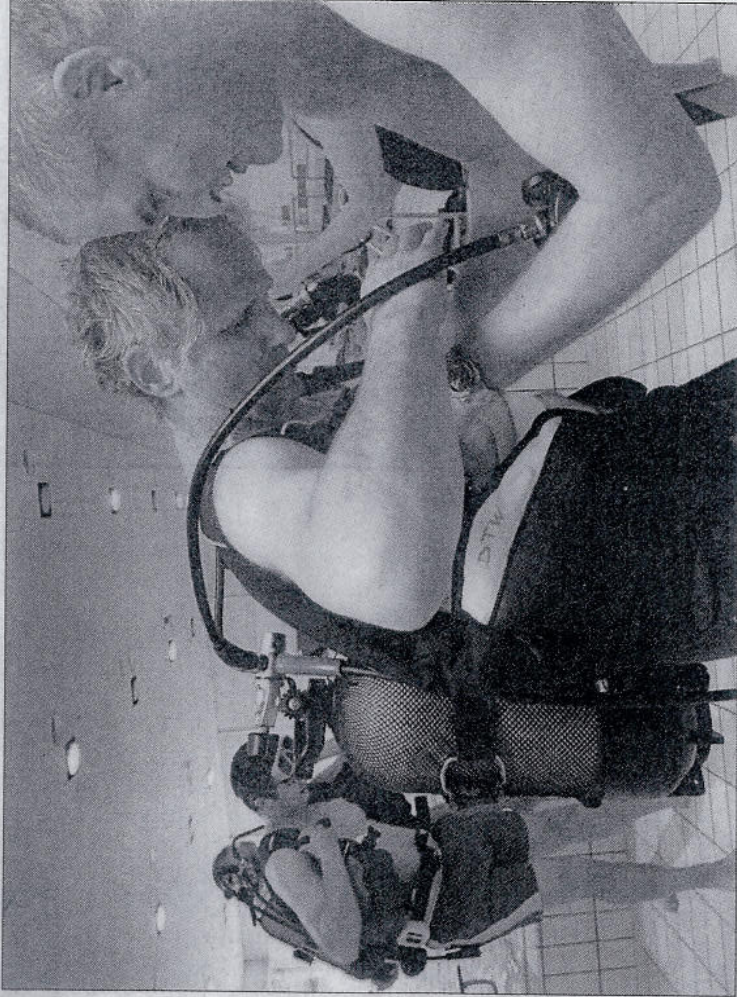
Met trimvest, loodgordel, vinnen, duikmasker en loodzware persluchtflles het Batenstein in

DOOR DANIELLE VERWEIJ

Woerden – De persluchtfllessen hangen wat onwennig op de rugen van de deelnemers. Het voelt loodzwaar aan. Maar nog even een laatste check en dan maken we een sprong in het diepe. Van het Batensteinbad welteverstaan én onder toezicht oog van ervaren duikinstructeurs.

Duikteam Woerden (DTW) is klaar voor het nieuwe duik- en snorkelseizoen. Het najaar is een perfecte periode voor nieuwe opleidingen. Een introductie-duik is de uitgelezen kans om in een paar uurjes tijd kennis te maken met de duiksport en direct al het duiken met perslucht te ervaren.

„We gaan rustig aan het water in en daarna trekken we pas de vinnen aan,” zegt instructeur Ad Molenaar. Het uur daarvoor heeft hij de grondbeginselen van de onderwatersport al uitvoerig, op het droge, uitgelegd. De basis-uitrusting en de belangrijkste aspecten van het duiken wist hij de beginnersclub bij te brengen. Maar eenmaal 'ingepakt' in een strak trimvest, een loodgordel die zijn naam eer aan doet, vinnen, duikmasker mét snoetkel en nog eens de loodzware fles, begint de spanning te stijgen onder de deelnemers. Eenmaal in het water en vrij van de ballast, kan het echte duiken beginnen. De ademautomaat vindt een



Duikinstructeur Ad Molenaar (rechts) helpt één van de leerlingen met zijn uitrusting

FOTO UULCO WESSELINK

weg naar mijn mond en de eerste hap adem is even onwennig. De neiging om dieper in te ademen dan normaal is aanwezig maar de wijze woorden van Molenaar spelen door mijn hoofd: 'normaal ademen, het is dezelfde lucht als je gewoonlijk inademt'.

Het is fuisere lucht, lijkt wel. Maar na een paar keer ademen, is het al als een tweede natuur. De eerste oefeningen durven we wel aan. Even door de knieën om te wennen aan onder water ademen. Met de wetenschap dat het

Instructeur Molenaar communiceert volgens de afgesproken gebarentaal. Een O-tje tussen duim en wijsvinger is 'ok', iets wat hij vaak herhaalt om te checken of alles nog goed verloopt. De neiging om als antwoord mijn duim omhoog te steken, à la okiedokie, mijn buddy Peter Brokke uit als we weer even boven de wateroppervlakte zijn. Mijn duikmaat voor de introductie-duik houdt mij scherp in de gaten. Ook de anderen hebben één-op-één-begeleiding. Eenmaal weer onder water begint het serieuzere werk.

Proefduik

Er zijn nog introductie-duiken op 23 en 30 september (15.00 tot 17.30 uur) en 27 september (20.30 tot 23.00 uur). Kosten voor een 'proefduik' zijn 15 euro. www.duikteamwoerden.nl

halen. Het is een kwestie van met dichte neus toch adem uit de neus proberen te blazen. De leerlingen volgen trouw. 'Plop' zegt de neusholte en de druk is weg. Ook het verwijderen van water uit het masker, even met hoofd omhoog het randje optillen en hard door de neus uitblazen, gaat naar wens.

Buddy Peter en ik mogen een rondje maken over de bodem van het diepere deel. Even tussendoor de oren klaren op weg naar beneden en zwemmen maar. Molenaar wijst me in gebaren- en lichaamstaal op de methode. Met zijn benen doet hij een dolfijn-imitatie en ik realiseer mij dat de vinnen het werk moeten doen om vooruit te komen in het water. We glijden vervolgens sierlijk door het zwembad heen.

Als snel gebaart Molenaar de groep met een tikkend gebaar op zijn horloge dat ons uurteje alweer om is. 'Helaas' gebaart hij met een spijtige blik in zijn ogen en zijn handen naast zijn hoofd. We snappen allemaal wat hij bedoelt en gaan, helaas ook voor ons, weer richting de zwembadtrap.