



ADVANCED EANX INSTRUCTOR WATERMANSHIP

(Version 16.11.3)

Nazwisko kandydata na instruktora: _____

Poziom kursu: _____

Model rebreathera, który będzie używany podczas kursu: _____

Początek: _____ Koniec: _____ Nazwisko IT: _____ IT #: _____

Obowiązkowa ocena umiejętności pływackich dla wszystkich kandydatów na instruktora (80 pkt. zalicza)

UWAGA: WSZYSTKIE PROGRAMY INSTRUKTORSKIE MUSZĄ ZAWIERAĆ PONIŻSZE ĆWICZENIA I OCENĘ SPRAWNOŚCI FIZYCZNEJ. OCENA MUSI BYĆ WYKONANA W JEDNYM CZASIE, Z PRZERWAMI ODPOCZYNKOWYMI NIEWIĘKSZYMI NIŻ 5 MINUT POMIĘDZY ĆWICZENIAMI. POWTARZAJ TĄ OCENĘ NA KAŻDYM POZIOMIE INSTRUKTORSKIM, JEŚLI UPŁYNEŁO WIĘCEJ NIŻ TRZY (3) MIESIĄCE OD OSTATNIEJ EWALUACJI.

1) Ćwiczenie pierwsze (20 punktów) – Wynik: _____

- a) Płyn dystans 275 metrów (900 stóp). Odejmij cztery minuty od aktualnego czasu dla niepełnosprawnych kandydatów, tych, którym np. brakuje kończyny (np. jeśli wykonane w 12 minut lub mniej, wynik będzie 20 punktów)

CZAS (MM:SS)	PKT	CZAS (MM:SS)	PKT	CZAS (MM:SS)	PKT	CZAS (MM:SS)	PKT
8 minut lub mniej	20	11:01 to 11:20	17	12:46 to 13:00	14	14:16 to 14:30	10
8:01 to 8:40	19.5	11:21 to 11:40	16.5	13:01 to 13:15	13.5	14:31 to 14:45	9
8:41 to 9:20	19	11:41 to 12:00	16	13:16 to 13:30	13	14:46 to 15:00	8
10:01 to 10:20	18.5	12:01 to 12:15	15.5	13:31 to 13:45	12.5	15:01 to 15:15	6
10:21 to 10:40	18	12:16 to 12:30	15	13:46 to 14:00	12	15:16 to 15:30	4
10:41 to 11:00	17.5	12:31 to 12:45	14.5	14:01 to 14:15	11	15:31 to 16:00	2

2) Ćwiczenie drugie (20 punktów) – Wynik: _____

- a) Płyn 540 metrów (1,800 stóp) z maską, fajką i używając wyłącznie płetw; (niepełnosprawni nurkowie mogą używać zarówno rąk jak i nóg).

CZAS (MM:SS)	PKT	CZAS (MM:SS)	PKT	CZAS (MM:SS)	PKT	CZAS (MM:SS)	PKT
15 minut lub mniej	20	16:41 to 17:00	17	18:41 to 19:00	12	20:21 to 20:30	05
15:00 to 15:20	19.5	17:01 to 17:20	16.5	19:01 to 19:20	11	20:31 to 20:40	04
15:21 to 15:40	19	17:21 to 17:40	16	19:21 to 19:40	10	20:41 to 20:50	03
15:41 to 16:00	18.5	17:41 to 18:00	15	19:41 to 20:00	08	20:51 to 21:00	02
16:01 to 16:20	18	18:01 to 18:20	14	20:01 to 20:10	07	Powyżej 21 minut	00
16:21 to 16:40	17.5	18:21 to 18:40	13	20:11 to 20:20	06		

3) Ćwiczenie trzecie (20 punktów) – Wynik: _____

- a) Płyn w sprzęcie SCUBA na powierzchni, oddychając przez fajkę, na dystansie 250 metrów (800 stóp). Odejmij 3 minuty od aktualnego czasu dla niepełnosprawnych kandydatów, np. tych bez kończyny (jeśli wykonane w 11 minut lub mniej, wynik będzie 20 punktów).

CZAS (MM:SS)	PKT	CZAS (MM:SS)	PKT	CZAS (MM:SS)	PKT	CZAS (MM:SS)	PKT
8 minut lub mniej	20	9:31 to 9:45	17	10:31 to 10:40	12	11:21 to 11:30	05
8:01 to 8:20	19.5	9:46 to 10:00	16	10:41 to 10:50	11	11:31 to 11:40	04
8:21 to 8:40	19	10:01 to 10:10	15	10:51 to 11:00	10	11:41 to 11:50	02
8:41 to 9:00	18.5	10:11 to 10:20	14	11:01 to 11:10	08	11:51 to 12:00	01
9:01 to 9:15	18	10:21 to 10:30	13	11:11 to 11:20	06	Powyżej 12 minut	00
9:16 to 9:30	17.5						



ADVANCED EANX INSTRUCTOR WATERMANSHIP

(Version 16.11.3)

4) Ćwiczenie czwarte (20 punktów) – Wynik: _____

- a) Płyn w sprzęcie SCUBA dystans 540 metrów (1,800 stóp) (Odejmij jedną minutę od aktualnego czasu dla nurków używających zestawu podwójnych butli (np. jeśli wykonano w 17 minut lub mniej, wynik będzie 20 punktów). Odejmij dwie minuty od aktualnego czasu dla nurków używających twina plus dwa (2) stage (Kandydat na instruktora trymiksowego; np jeśli wykonano w 18 minut lub mniej, wynik będzie 20 punktów).

CZAS (MM:SS)	PKT	CZAS (MM:SS)	PKT	CZAS (MM:SS)	PKT	CZAS (MM:SS)	PKT
16 minut lub mniej	20	18:31 to 19:00	17	21:30 to 22:00	14	23:11 to 23:20	08
16:01 to 16:30	19.5	19:01 to 19:30	16.5	22:01 to 22:15	13	23:21 to 23:30	06
16:31 to 17:00	19	19:31 to 20:00	16	22:16 to 22:30	12	23:31 to 23:40	04
17:01 to 17:30	18.5	20:01 to 20:30	15.5	22:31 to 22:45	11	23:41 to 23:50	02
17:31 to 18:00	18	20:31 to 21:00	15	22:46 to 23:00	10	23:51 to 24:00	01
18:01 to 18:30	17.5	21:01 to 21:30	14.5	23:01 to 23:10	09	Powyżej 24 minut	00

5) Ćwiczenie piąte (20 punktów) – Wynik: _____

- a) Płyn na dystansie 15 metrów (50 stóp), nie oddychając a następnie rozpocznij oddychanie z alternatywnego źródła powietrza partnera. Kontynuując dzielenie się gazem, pływacie dystans 360 metrów (1,200 stóp). Czas liczy się od momentu gdy dwaj nurkowie rozpoczną dzielenie się gazem. Odejmij 5 punktów za każdą nieudaną próbę przepłynięcia 15 metrów.

CZAS (MM:SS)	PKT	CZAS (MM:SS)	PKT	CZAS (MM:SS)	PKT	CZAS (MM:SS)	PKT
10:00 or under	20	11:41 to 12:00	17	13:16 to 13:30	14	15:21 to 15:30	06
10:01 to 10:20	19.5	12:01 to 12:15	16.5	13:31 to 13:45	13	15:31 to 15:40	04
10:21 to 10:40	19	12:16 to 12:30	16	13:46 to 15:00	12	15:41 to 15:50	02
10:41 to 11:00	18.5	12:31 to 12:45	15.5	15:01 to 15:10	10	15:51 to 16:00	01
11:01 to 11:20	18	12:46 to 13:00	15	15:11 to 15:20	08	Powyżej 16 minut	00
11:21 to 11:40	17.5	13:01 to 13:15	14.5				

6) Podsumowanie oceny umiejętności pływackich instruktora:

POTWIERDZENIE OCENY	WYNIK KOŃCOWY	DATA	PODPIS lub PIN#
Kandydat na instruktora			
Podpis instruktora trenera			

UWAGA: Ten formularz musi być przechowywany przez instruktora przez minimum pięć (5) lat. Na prośbę QA lub z powodów prawnych, instruktor prześle IANTD HQ lub lokalnemu biuru IANTD kopię dokumentacji dla wymienionych studentów.