

Svenska Sportdykarförbundets allmänna riktlinjer för vattenlekar och alla former av fridykning

2013-05-16

Fridykning är en sport som **aldrig** ska bedrivas på egen hand. Om något inträffar måste ett snabbt ingripande ske för att undvika allvarliga konsekvenser.

Träning bedrivs alltid tillsammans med en parkamrat i vattnet som aktivt bevakar aktiviteten och minst en person på land som övervakar aktiviteten och omedelbart kan agera om något skulle inträffa.

Alla moment och övningar där utövaren befinner sig under vattnet längre tider kräver särskild uppmärksamhet. Personen som aktivt bevakar aktiviteten ska vara tränad i hur man identifierar och agerar i situationer där ingripande krävs.

Om du som fridykare tränar på allmän tid och utanför klubbverksamhet måste du ha någon med dig som håller dig under uppsikt och som har kunskap om hur de ska agera om något mot förmodan inträffar. Har du inte denna övervakning skall du inte dyka. Man tränar aldrig ensam! Utgå inte från att badhuspersonal eller allmänheten ser dig och ingriper vid en incident då de inte är utbildade för detta. Det är i första hand din egen säkerhet som ska prioriteras.

Svenska Sportdykarförbundet (SSDF) rekommenderar alla som vill genomföra övningar under vattenytan (vattenlekar, fridykning, uv-rugby, etc.) att göra detta organiserat så att träningen kan bedrivas under säkra former, förslagsvis i en SSDF ansluten förening.

Fridykningskommittén
Svenska Sportdykarförbundet