

# Estándares de Open Water Diver

(v1123)



## Puntos de consideración especial

*Este es el primer nivel obligatorio del escalafón formativo de ACUC.*

*Open Water Divers no debe exceder, **durante el entrenamiento**, la profundidad de 18 metros / 60 pies.*

*Este curso es equivalente a ISO Buceador Autónomo (24801-2)*

Atención: en caso de discrepancias entre este estándar y la versión inglesa, por motivos de retrasos en la traducción, la versión inglesa se debe considerar como la válida.

## Introducción

El ACUC Open Water Diver (OWD) es el **primer** nivel obligatorio en la escala de formación ACUC. Partes de este curso pueden ser asistidas por cualquier ACUC Divemaster o superior, bajo la supervisión directa de al menos un instructor ACUC con nivel de Entry Level Instructor, y debe ser evaluado y certificado por un ACUC Entry Level Instructor o de nivel superior.

Este es un estándar de ACUC Internacional y por tanto siempre está sujeto a las diferentes legislaciones nacionales o locales. En los casos en que existan legislaciones que difieran de este estándar, la delegación de país o área de ACUC si existe, deberá solicitar por escrito a la sede de ACUC una “**Desviación**” de este estándar para satisfacer la legislación del área, sustentando su solicitud con la documentación adecuada. Las desviaciones, si se solicitan, para que se consideren válidas, deben aparecer al final de cada documento estándar específico. En los casos en que la legislación local o nacional sea más restrictiva que el Estándar ACUC, entonces prevalecerá la legislación local, pero si el Estándar ACUC es más restrictivo, entonces prevalecerá el Estándar ACUC, porque al cumplir con el Estándar ACUC más restrictivo, lógicamente también se cumplirá con la legislación local.

Respecto a las horas de formación requeridas, no se especifica ninguna porque estas pueden variar dependiendo de muchos factores (número de candidatos, entorno de buceo, si el curso es presencial o e-learning, etc), por lo que las horas de formación necesarias dependen del cumplimiento **de objetivos de aprendizaje**. En los manuales y documentos de la ACUC donde se especifican horas, estas sólo se consideran recomendaciones.

## 1 Alcance

Este estándar especifica las competencias mínimas relacionadas con la seguridad que se deben alcanzar en **el entrenamiento de buceo** recreativo en el nivel ACUC Open Water Diver. Esta Norma se aplica únicamente a **la formación y certificación contractual** en buceo recreativo.

## 2. Definiciones

Para obtener definiciones, consulte esta [página](#).

## 3 Competencias

Un ACUC Open Water Diver estará capacitado para tener competencias suficientes a través de conocimientos, habilidades y experiencia para bucear con otros buceadores certificados de cualquier nivel en aguas abiertas. Los ACUC Open Water Divers bucearán dentro de los siguientes parámetros:

- No realizar inmersiones donde se necesiten paradas de descompresión obligatorias .
- Bucear únicamente cuando esté disponible el soporte de superficie adecuado.
- Bucear en condiciones iguales o mejores que las condiciones en las que fueron entrenados y, si son significativamente diferentes, buscar asesoramiento y supervisión profesional para bucear en las nuevas condiciones (las condiciones también incluyen equipos significativamente diferentes).

Si está acompañado por un instructor ACUC, un ACUC Open Water Diver certificado puede obtener experiencia progresiva más allá de estos parámetros y desarrollar competencia en la gestión de inmersiones con condiciones más desafiantes diseñadas para obtener certificaciones más altas. Cuando se requiera experiencia adicional, esta puede ser proporcionada por un Divemaster ACUC debidamente calificado. Cuando se requiera instrucción adicional, solo podrá ser proporcionada por un instructor ACUC debidamente calificado.

## 4 Requisitos previos de formación

Para la inscripción en un curso de acuerdo con este Estándar, el candidato deberá cumplir con los siguientes requisitos previos:

**4.1 Edad mínima:** 12 años. Se requiere el consentimiento de los padres o tutores cuando el candidato sea menor de edad. La definición de “menor” será según la legislación de cada país. Los candidatos menores de 16 años que aprueben el curso recibirán una certificación de Open Water Diver Junior.

**4.2 Requisitos de salud:** Los candidatos deberán superar un reconocimiento médico apto para el buceo recreativo, o si la legislación del país donde se realiza el curso lo permite, cumplimentar un cuestionario adecuado. En caso de duda, los candidatos deben ser remitidos a un médico adecuado. Si el candidato no es examinado por un médico, el candidato deberá confirmar, mediante su firma, la información escrita proporcionada por el instructor sobre enfermedades o condiciones físicas que puedan representar un riesgo relacionado con el buceo. Se informará a los candidatos sobre la importancia de realizar exámenes médicos periódicos adecuados.

**4.3 Saber nadar.**

## 5 Proporciones instructor:candidato

- **Teoría (aula o piscina):** Sin límite
- **Aguas confinadas:** 8 candidatos por Instructor, con 2 candidatos adicionales por Divemaster certificado con un máximo absoluto de 12 candidatos.
- **Agua abierta:** 4 candidatos por Instructor, con 2 candidatos adicionales por Divemaster certificado con un máximo absoluto de 8 candidatos.

## 6 Información inicial

La siguiente información se pondrá a disposición de los candidatos antes o durante la primera clase.

- Requisitos previos según 4 ,
- Limitaciones de la calificación eventual,
- Alcance del curso,
- Procedimientos del curso,
- Costos, seguros y cuestiones contractuales según la normativa nacional,
- Requisitos de equipo,
- Requisitos de certificación según el punto 10 ,
- Legislación y requisitos legales relacionados con el buceo.

## 7 Contenido del curso relacionado con el conocimiento teórico.

**7.1 Equipo :** Los candidatos tendrán un nivel intermedio de conocimientos teóricos sobre el uso y manejo del equipo de buceo.

**7.2 Física del Buceo :** Los candidatos tendrán un nivel intermedio de conocimientos teóricos sobre:

- Materia
- Flotabilidad
- Luz
- Sonido
- Señales de mano
- Componentes del aire
- Presión
- Leyes de los gases
  - Boyle
  - Dalton
  - Henry
  - Charles

**7.3 Fisiología del Buceo** : Los candidatos tendrán un nivel intermedio de conocimientos teóricos sobre:

- Barotrauma
- Anatomía básica
  - El cuerpo humano
  - Abdomen
  - Pecho
  - Oídos
  - Senos paranasales
  - Descongestionantes
  - Compresión dental
  - Compresión de máscara
- Fisiología del descenso
  - Narcosis por nitrógeno
  - intoxicación por oxígeno
  - Envenenamiento por dióxido de carbono
  - Envenenamiento por monóxido de carbono
- Fisiología del ascenso
  - Embolia gaseosa
  - Enfisema
  - Neumotórax
  - Expansión de gases en el estómago y los intestinos.
  - Mareo
  - Enfermedad de descompresión
- Fisiología relacionada
  - Neumonía lipoidea
  - Hipotermia
  - Drogas y alcohol

**7.4 Entorno de buceo** : Los candidatos tendrán un nivel básico de conocimiento teórico sobre las condiciones locales y generales del entorno de buceo y sus posibles efectos en el buceador, así como el impacto del buceador en el medio ambiente, incluyendo:

- El medio marino
  - Agua salada
  - Sol
  - Corrientes
  - Olas
  - Topografía costera
  - Navegación
  - Vida marina
  - Consideraciones e interrelación
- Conservación marina
  - Naufragios
  - Peces
- Medio ambiente de agua dulce
  - Agua dulce
  - Lagos
  - Ríos
  - Canteras
  - Cuevas naturales
  - Sifones y manantiales
  - Minas
  - Animales comunes de agua dulce
- Ecología
  - Fuentes de problemas
  - Problemas costeros
  - Industria
  - Impacto del buceo recreativo
  - Problemas de aguas continentales
  - Soluciones

**7.5 Primeros Auxilios:** Los candidatos tendrán un nivel básico de conocimiento de Primeros Auxilios, con énfasis en la prevención de accidentes e incluyendo:

- Prevención de accidentes
- Primeros auxilios generales
- Barotrauma
- Enfermedad de descompresión
- Otros problemas relacionados con el buceo
- Infarto de miocardio

**7.6 Rescate:** Los candidatos tendrán un nivel básico de conocimiento de Rescate, con énfasis en la prevención de accidentes e incluyendo:

- Rescate submarino
- Causas de los problemas de buceo.
- Reconocimiento del problema
- Técnicas de rescate
- Autoayuda
- Ayuda al compañero
- Rescate de buceadores
- Pánico
- Fatiga

**7.7 Planificación del buceo:** Los candidatos tendrán un nivel intermedio de conocimiento de planificación y preparación del buceo, que incluye:

- Entrenamiento físico
- Planificación previa a la inmersión
- Preparación previa a la inmersión
- Preparación en el sitio
- Plan de buceo
- Tablas y procedimientos completos de descompresión.
- Consumo de aire (nivel básico)
- Descensos
- En el fondo
- Ascensos
- Buceo en Altitud (nivel básico)
- Bucear con mareas
- Bucear y volar
- Registro de inmersiones

**7.8 Oportunidades laborales:** Los candidatos tendrán un nivel básico de conocimiento sobre oportunidades laborales, que incluyen:

- Buceo recreativo
- Buceo profesional ligero
- Buceo profesional pesado
- Ciencias

**7.9 ACUC:** Los candidatos tendrán un nivel básico de conocimiento sobre ACUC, que incluye:

- ¿Qué es ACUC?
- Especialidades disponibles para Open Water Divers
- Información sobre otros cursos de ACUC

## 8 Contenidos del curso relacionados con las habilidades de buceo.

**8.1 Habilidades de buceo en aguas confinadas:** los candidatos deben poder realizar las siguientes habilidades. Cada habilidad debe dominarse en aguas confinadas antes de realizarla en aguas abiertas.

- Uso del equipo
- Inspección de botellas de buceo
- Montaje y desmontaje de equipos de buceo (a la orilla del agua)
- Ponerse y quitarse el equipo.
- Métodos de entrada al agua
- Inmersiones desde superficie y salida.
- Aclarado de boquilla - snorkel y regulador
- Intercambios de regulador/snorkel, natación en superficie.

- Procedimientos adecuados de descenso y ascenso (por ejemplo, igualar la presión en los oídos y la máscara)
- Natación submarina (diferentes métodos)
- Aclarado de la máscara, incluido quitarla y ponérsela
- Control de flotabilidad, bajo el agua y en la superficie.
- Ascensos y descensos utilizando el chaleco.
- Ascensos de emergencia simulados.
- Recuperación del regulador bajo el agua.
- Monitoreo básico de instrumentos.
- Funcionamiento en superficie y bajo el agua del sistema de liberación rápida del sistema de lastre.
- Actuar como donante y receptor de una fuente alternativa de gas respirable.
- Cuidado del equipo
- Señales manuales básicas
- Sistema de compañeros
- Ejercicios básicos de rescate que incluyen remolque y asistencia a víctimas.

**8.2 Habilidades de buceo en aguas abiertas:** los candidatos deben poder realizar las siguientes habilidades en condiciones típicas del entorno local.

- Uso del equipo.
- Inspección de botellas de buceo.
- Montaje y desmontaje de equipos de buceo (a la orilla del agua).
- Ponerse y quitarse el equipo.
- Métodos de entrada al agua.
- Inmersiones desde superficie y métodos de salida.
- Aclarado de boquilla - snorkel y regulador
- Intercambios de regulador/snorkel, natación en superficie.
- Procedimientos adecuados de descenso y ascenso (por ejemplo, igualar la presión en los oídos y la máscara).
- Natación submarina (diferentes métodos).
- Limpieza de máscara, incluyendo quitarlas y ponérselas (nota: se tomarán precauciones especiales de seguridad durante el proceso de retirada y colocación de la máscara en aguas abiertas, especialmente en zonas de agua fría ) .
- Control de flotabilidad, bajo el agua y en la superficie.
- Subidas y descensos con el chaleco.
- Recuperación del regulador bajo el agua.
- Monitoreo básico de instrumentos
- Actuar como receptor y donante de una fuente alternativa de gas respirable.
- Cuidado del equipo.
- Señales manuales básicas.
- Sistema de compañeros.

## 9 parámetros prácticos de entrenamiento

- 9.1** Todas las habilidades subacuáticas en aguas confinadas serán introducidas, supervisadas y evaluadas directamente por un instructor ACUC que estará en el agua durante cada sesión. El instructor de buceo tendrá el control directo de los candidatos durante todas las sesiones. Una vez introducido, el Instructor podrá utilizar Divemasters o Divemasters en entrenamiento para **demostrar** las habilidades, pero siempre bajo la supervisión directa del Instructor. El Instructor debe ser quien evalúe las habilidades.
- 9.2** Antes de la primera inmersión en aguas abiertas, el candidato demostrará a un instructor de buceo las siguientes habilidades acuáticas, según lo prefiera el instructor:
- Natación de 275 metros usando máscara, aletas y snorkel, sin límite de tiempo y flotación de supervivencia de 10 minutos, sin uso de ayudas para la natación. Si se utiliza un traje de buceo, el candidato debe tener flotabilidad neutra en la superficie, o
  - Natación de 180 metros, sin ayudas para la natación, utilizando cualquier método, y sin límite de tiempo y flotación de supervivencia de 10 minutos, sin utilización de ayudas para la natación. Si se utiliza un traje de neopreno, el candidato debe tener una flotabilidad neutra en la superficie.
- 9.3** Antes de participar en inmersiones en aguas abiertas, el candidato habrá demostrado en aguas confinadas suficientes conocimientos teóricos y habilidades de buceo para poder realizar inmersiones en aguas abiertas en las condiciones predominantes.
- 9.4** La profundidad máxima durante las inmersiones de entrenamiento no excederá los 18 metros / 60 pies
- 9.5** Todas las inmersiones de entrenamiento en aguas abiertas se realizarán durante las horas del día en aguas que permitan el acceso vertical directo a la superficie. Las inmersiones en aguas abiertas, por tanto, no se realizarán en cuevas ni bajo hielo.

- 9.6** Durante las inmersiones en aguas abiertas el candidato estará equipado con al menos el equipo de buceo según el punto 2.9. (ver [Definiciones](#))
- 9.7** Todas las habilidades subacuáticas en aguas abiertas serán introducidas y evaluadas por un instructor ACUC. El instructor de buceo estará en el agua y estará a cargo de cada inmersión en aguas abiertas. Durante las primeras 4 inmersiones en aguas abiertas, el Instructor de Buceo tendrá control directo de los candidatos durante las inmersiones. Durante inmersiones posteriores, los candidatos pueden ser supervisados por un Divemaster, excepto cuando se estén evaluando habilidades.
- 9.8** Según la cláusula 5, el número máximo absoluto de candidatos por instructor de buceo, en condiciones ideales, para supervisión y acompañamiento directo en aguas abiertas es de cuatro. El número máximo de candidatos por asistente cualificado para supervisión y acompañamiento directo en aguas abiertas es de dos.
- 9.9** En ningún momento se debe dejar a un candidato sin supervisión directa dentro o debajo del agua.
- 9.10** En ninguna circunstancia se permitirán grupos de buceadores certificados (buceador certificado como compañero de otro buceador certificado y así sucesivamente) y grupos de estudiantes de un curso OWD en la misma inmersión, bajo la supervisión directa del mismo instructor.
- 9.11** En ninguna circunstancia está permitido juntar a un buceador certificado con un estudiante (a menos que dicho buceador tenga la certificación necesaria – Divemaster como mínimo).
- 9.12** Antes de cada inmersión el instructor de buceo preparará un “plan de emergencia”. En las inmediaciones del sitio de buceo habrá:
- Un botiquín de primeros auxilios adecuado
  - Una unidad de oxígeno de emergencia con capacidad para suministrar al menos 15 l/min. Durante al menos 20 min.
  - Adecuado sistema de comunicación para alertar a los servicios de emergencia.
- 9.13** El instructor de buceo cancelará o abortará la inmersión en aguas abiertas si las condiciones ambientales o la condición física o mental de un candidato así lo requieren.
- 9.14** Se permitirá un máximo de 3 inmersiones de entrenamiento por día.

## 10 Requisitos de evaluación y certificación

**10.1 Conocimientos** : El candidato demostrará, mediante un examen escrito (ver nota más abajo) proporcionado por ACUC, conocimientos de teoría del buceo según el punto 7 y conocimientos de habilidades según el punto 8.

**10.2 Habilidades de buceo** : El candidato demostrará a un instructor ACUC las habilidades de buceo según el punto 8 .

Nota: Si por algún motivo el candidato no puede realizar un examen escrito, entonces el Instructor podrá asignarle un examen oral basado en el examen escrito proporcionado por ACUC y, si este es el caso, el Instructor transferirá las respuestas orales del candidato. al examen escrito. En cualquier caso, el examen escrito debe ser completado, ya sea directamente por el candidato o indirectamente por el Instructor, utilizando las respuestas orales del candidato. Los instructores podrán, si lo desean, realizar exámenes adicionales al candidato, sin embargo, como mínimo se deberá realizar el examen proporcionado por ACUC .

## 11 Inmersiones del curso

Para obtener la certificación, los candidatos deberán completar al menos cuatro inmersiones de entrenamiento en aguas abiertas bajo la supervisión directa de un instructor de ACUC. La duración bajo el agua de cada una de estas inmersiones en aguas abiertas será la indicada en las siguientes páginas. Tenga en cuenta con referencia a los tiempos de fondo: las normas ISO para este nivel indican que es necesario un tiempo de fondo mínimo por inmersión de 15 minutos y un tiempo de fondo acumulado de 80 minutos para obtener la certificación. Las normas ISO no diferencian con respecto a la temperatura del agua. Si se suman los tiempos de fondo recomendados por ACUC para agua fría, se verá que suman un total de 75 minutos. Por lo tanto, si se realizan estas inmersiones del curso en agua fría, se debe tener esto en cuenta y aumentar el tiempo de fondo, según sea necesario, para cumplir con los estándares ISO. ACUC recomienda que si se tiene que hacer esto, se haga en la primera y/o segunda inmersión.

Los instructores pueden realizar más comprobaciones de habilidades si lo desean, sin embargo, se deben realizar las cuatro inmersiones enumeradas y comprobar las habilidades definidas, siguiendo el proceso de aumento de dificultad definido. También se debe tener en cuenta que, si bien es obligatorio alcanzar las profundidades mínimas enumeradas en algún momento durante la inmersión en las inmersiones 2, 3 y 4, alcanzar las profundidades máximas enumeradas no es obligatorio.

## 12 Desviaciones

Ninguna solicitado.

## INMERSIONES DE CURSO EN AGUAS ABIERTAS

Nota Importante: Todas las habilidades deben ser supervisadas directamente por un Instructor o Divemaster, pero deben ser evaluadas por un Instructor. **Las habilidades marcadas con un asterisco (\*) deben ser supervisadas SÓLO por un Instructor .**

Dado que se trata de inmersiones en aguas abiertas, no en aguas confinadas, si se va a demostrar una habilidad, debe ser demostrada por un Instructor o Divemaster. No se permite el uso de buceadores certificados para demostrar habilidades en inmersiones de cursos en aguas abiertas, que no tengan una de las certificaciones anteriores. Tenga en cuenta el concepto de profundidad incremental para cada inmersión.

### HABILIDADES A VERIFICAR EN LA PRIMERA INMERSIÓN

**Nota: Esta primera inmersión debe considerarse como una introducción al entorno, por lo tanto, los ejercicios realizados deben ser sencillos, para no añadir estrés al candidato. La inmersión debe realizarse a menos de 12 metros de profundidad. El tiempo de fondo sugerido es de 30 minutos (25 minutos en agua fría ).**

1. Uso de equipos y ajuste de peso.
2. Revisión de la botella de buceo.
3. Montaje del equipo (fuera del agua)
4. Ponerse el equipo (fuera del agua)
5. Métodos de entrada al agua (paso gigante y entrada a pie desde la orilla)
6. Inmersiones desde superficie (con los pies primero)
7. Limpieza de boquilla - snorkel (Método de soplado)
8. Intercambios regulador/snorkel nadando en superficie
9. Eliminación de calambres
10. Natación en superficie con brújula
11. (\*) Procedimientos de descenso adecuados (por ejemplo: compensación de oídos y máscara, etc. )
12. (\*) Control de flotabilidad en superficie y submarina (método pivotante)
13. (\*) Métodos de ascenso adecuados (como ejemplos: rotación durante el ascenso, mano arriba, señal Ok, etc. )
14. Quitarse el equipo (fuera del agua)
15. Desmontaje del equipo (fuera del agua)
16. Cuidado del equipo y registro de la inmersión (incluidos cálculos de tablas)

### HABILIDADES A VERIFICAR EN LA SEGUNDA INMERSIÓN

**En esta inmersión se pondrán a prueba habilidades más complejas de los candidatos, sin embargo, se considerará que esta es solo la segunda inmersión en aguas abiertas y por lo tanto, no se debe agregar estrés innecesario al candidato. Se repiten algunos de los ejercicios de la primera inmersión, para hacer una evaluación continuada. Durante esta inmersión, se debe alcanzar en algún momento la profundidad mínima de 6 metros y no se debe exceder la profundidad de 15 metros. Se sugiere que el tiempo de fondo sea de 25 minutos (20 minutos en agua fría ).**

1. Montaje del equipo (fuera del agua)
2. Ponerse el equipo (fuera del agua)
3. Métodos de entrada al agua (entrada controlada sentada y hacia atrás)
4. Inmersiones desde superficie (golpe riñón)
5. Limpieza de boquilla - snorkel (Método de desplazamiento)
6. (\*) Procedimientos de descenso adecuados (como ejemplos: igualar las presiones de los oídos y la máscara, etc. ); se podría introducir el aclarado de la máscara en aguas poco profundas.
7. (\*) Descenso utilizando el chaleco compensador
8. (\*) Control de flotabilidad submarina (método pivotal)
9. Verificaciones de instrumentos (a menudo) y señales manuales básicas.
10. Natación submarina (estilo bicicleta y estilo tijeras)
11. (\*) Limpieza boquilla - regulador (soplado)
12. (\*) Actuar como donante y receptor de un sistema octopus, o sistema de aire alternativo similar
13. Natación submarina con brújula.
14. Métodos de ascenso adecuados (como ejemplos: rotación durante el ascenso, mano arriba, señal de Ok, etc. )
15. (\*) Ascenso mediante chaleco compensador
16. Quitarse el equipo (fuera del agua)
17. Desmontaje del equipo (fuera del agua)
18. Cuidado del equipo y registro de la inmersión (incluidos cálculos de tablas)

### HABILIDADES A VERIFICAR EN LA TERCERA INMERSIÓN

En esta tercera inmersión se pondrán a prueba habilidades más complejas de los candidatos. Se repiten algunos de los ejercicios de inmersiones anteriores, para hacer una evaluación continuada. Durante esta inmersión se debe alcanzar en algún momento la profundidad mínima de 9 metros y no se debe exceder la profundidad de 18 metros. El tiempo de fondo se sugiere que sea de 20 minutos (15 minutos en agua fría).  
**Nota: Se puede obtener una exención por escrito de ACUC cuando sea geográficamente difícil, si no imposible, encontrar cuerpos de agua que no cumplan con el requisito de profundidad mínima para esta inmersión.**

1. Montaje del equipo (fuera del agua)
2. Ponerse el equipo (fuera del agua)
3. (\*) Procedimientos de descenso adecuados (como ejemplo: igualar presiones en oídos y máscara, etc. )
4. (\*) Descenso con chaleco compensador
5. (\*) Control de flotabilidad submarina (método pivotal)
6. Natación submarina (estilo de rana y estilo delfín)
7. Monitoreo frecuente de instrumentos.
8. (\*) Limpieza de boquilla - regulador (Método del botón de purga)
9. (\*) Aclarado subacuático de la máscara, incluido su retirada y colocación. Nota: se deben observar precauciones especiales durante este ejercicio, especialmente en agua fría.
10. (\*) Recuperación del regulador bajo el agua (dos métodos: alcance posterior y alcance lateral)
11. (\*) Ascenso con chaleco compensador y parada de seguridad
12. Métodos de ascenso adecuados (como ejemplos: rotación durante el ascenso, mano arriba, señal de Ok, etc. )
13. Remolque de buceador cansado en la superficie
14. Quitarse el equipo (fuera del agua)
15. Desmontaje del equipo (fuera del agua)
16. Cuidado del equipo y registro de la inmersión (incluidos cálculos de tablas)

### HABILIDADES A VERIFICAR EN LA CUARTA INMERSIÓN

La cuarta inmersión debe ser una inmersión relajada de final de curso, con una verificación mínima de habilidades. Se repiten algunos de los ejercicios de inmersiones anteriores, para hacer una evaluación continuada. Durante esta inmersión se debe alcanzar en algún momento la profundidad mínima de 9 metros y no se debe exceder la profundidad de 18 metros (solo en buenas condiciones). Tiempo de fondo sugerido: 15 minutos. **Nota: Se puede obtener una exención por escrito de ACUC cuando sea geográficamente difícil, si no imposible, encontrar cuerpos de agua que no cumplan con el requisito de profundidad mínima para esta inmersión.**

1. (\*) Consideraciones de consumo de aire y planificación de este tipo de inmersiones (18 metros)
2. Montaje del equipo (fuera del agua)
3. Ponerse el equipo (fuera del agua)
4. Sistema de compañeros (fuera del agua)
5. (\*) Procedimientos de descenso adecuados (como ejemplo: igualar presiones en oídos y máscara, etc. )
6. Sistema de compañeros (bajo el agua)
7. (\*) Control de flotabilidad bajo el agua (método pivotal)
8. (\*) Limpieza de boquilla - regulador (Método del botón de purga)
9. Los instrumentos se revisan con más frecuencia de lo normal (propios y de compañeros)
10. Métodos de ascenso adecuados (como ejemplos: rotación durante el ascenso, mano arriba, señal de Ok, etc. ) y parada de seguridad.
11. Quitarse el equipo (fuera del agua)
12. Desmontaje del equipo (fuera del agua)
13. Cuidado del equipo y registro de la inmersión (incluidos cálculos de tablas)