Avkopplande under ytan

Sportdykning samlar tusentals utövare över hela Sverige. För många är dykningen mer eller mindre en livsstil, för andra en avstressande träning för hela kroppen.

(c) Anders Edström Frejman

Sportdykning, det vill säga att dyka med tuber, är en stor sport. Bara i Sverige samlar Svenska Sportdykarförbundet, SSDF, 13 000 medlemmar i 230 klubbar över hela landet. Dykklubbarna är alla anslutna till något av de tre stora internationella utbildningssällskapen, CMAS, NAUI eller PADI som bland annat tagit fram rigorösa regelverk för säkerhet och certifierar instruktörer.

Bästa sättet för dig som är nyfiken på att börja dyka är att kontakta en lokal dykklubb i närheten där du bor för ett prova-på-dyk. Gränsen för provdyk är åtta år och från och med 15 års ålder får man dyka ned till 18 meters djup med instruktör.

Nästa steg kan vara att skriva in sig på en kurs på ett dykcenter, exempelvis en dykklubb som anordnar utbildningar med certifierade instruktörer, och ta ett dykarcertifikat. Det berättigar dig att hyra eller köpa utrustning och är även en förutsättning för att kunna följa med på utfärder som dykklubbar anordnar.

Det går även ta certifikat på intensivkurser utomlands, till exempel i Thailand, men det kan ha sina nackdelar menar Mikael Wedham på dykklubben Wreck Divers.
- I Thailand kan du ha 40-50 meter sikt, i Östersjön ned till fem meter. Det är helt andra förutsättningar. Mikael förordar därför att man tar certifikatet i en miljö som liknar den man kommer att dyka i.

Utrustningen kostar förstås en del. Mikael uppskattar att man kan få en komplett begagnad utrustning för 4000-5000 kronor. Ett medlemskap i en klubb är att rekommendera där man har möjlighet kan hyra hela eller delar av utrustningen till en reducerad kostnad. Dessutom får man tillgång till klubbens samlade erfarenheter. En annan aspekt är säkerheten som är a och o vid all dykning. Man dyker aldrig ensam utan vanligtvis i par för att finnas till hands om något skulle hända.

Men att dykning skulle vara en dyr sport vill han inte hålla med om.
- Det är i varje fall inte dyrare än golf, menar han. Cirka 500 kronor per år kostar det att vara medlem i Wreck Divers. En dykhelg kostar 500 kronor, lägg till en femtiolapp per dyk för luft och 150 kronor per dygn om du behöver hyra en komplett utrustning som medlem.

Vad är det som är så speciellt med att dyka? Lugnet, tyngdlösheten och att se en helt annan värld än den man är van vid är artikelförfattarens intryck efter det första provdyket. Det enda man hör är sin egen andning och ljudet från luftbubblorna som söker sig mot vattenytan.
- Avkopplande, är det första Mikael svarar när han får frågan. Det går inte att stressa upp sig och man får inte heller göra det.

FAKTA/Sportdykning
Här kan du läsa mer
www.wreckdivers.nu
www.ssdf.se
www.borjadyka.nu
www.padi.se
www.naui.se
www.cmas.org