



**Samen Sterk**

## Duiksportclinic

### Voor wie

Voor BNMO-leden en introduc e.



Samen met het Veterans Dive Team Holland en het Militair Revalidatiecentrum Aardenburg (MRC) organiseert de Commissie Sport en Evenementen wegens succes voor de derde keer de clinic "Kennismaken met de duiksport". In de ochtend leer je de do's en don'ts van het duiken, waarna je voor de eerste keer in volle uitrusting met perslucht voorzichtig te water gaat. Voor iedere twee deelnemers staat  en instructeur klaar om je te ondersteunen. Na de lunch wordt het geleerde in het zwembad echt in de praktijk gebracht. Het motto van deze dag is: "You can!"

Er is ruimte voor maximaal 20 deelnemers.

### Wat ga je doen?

- Je maakt kennis met de andere deelnemers en evt. partners/introduc es.
- Je maakt onder begeleiding van instructeurs kennis met de duiksport.
- Na afloop krijg je de gelegenheid om even na te praten.

### Wat levert het op?

- Je hebt saamhorigheid, verbondenheid en kameraadschap ervaren.
- Je hebt kennis opgedaan over het duiken met perslucht.
- Je hebt ervaren dat je wellicht meer kunt dan je vooraf dacht.
- Je hebt ervaringen uitgewisseld in een groep van maximaal 20 personen.
- Je hebt elkaar (h)erkenning en steun geboden.
- Je hebt rust, ontspanning en gezelligheid ervaren.

*Of zoals een van de deelnemers aan de vorige clinic aangaf: "Ik wilde graag samen met mijn zoon deelnemen aan een sportieve activiteit, maar ook in gesprek komen met lotgenoten. Wij hebben dat zo hard nodig en jullie bieden die mogelijkheden. Het was geweldig!"*

## Waar



De clinic “Kennismaken met de duiksport” vindt plaats in het zwembad van het Militair Revalidatie Centrum (MRC). Adres: Korte Molenweg 51, gebouw 52 te Doorn.

## Wanneer

- Zaterdag 13 november 2021, inloop vanaf 09.30 uur, aanvang 10.00 uur.
- Verwachte eindtijd is 16.00 uur.

## Kosten

De begeleidingsprogramma's van de BNMO worden gesubsidieerd door het vfonds. Je betaalt zelf een eigen bijdrage van € 13,- per persoon. Dit is inclusief gebruik van de materialen, koffie/thee en lunch.

## Aanmelden

Je kunt je aanmelden via het mailadres [evenementen@tvo.bnmo.nl](mailto:evenementen@tvo.bnmo.nl). Na aanmelding en plaatsing ontvang je nadere informatie en een formulier Medische Verklaring. Wil je bij de aanmelding het volgende vermelden:

- ⤴ naam lid, naam evt. introduc 
- ⤴ adres en woonplaats
- ⤴ telefoonnummer
- ⤴ mailadres
- ⤴ lidnummer
- ⤴ dieetwensen
- ⤴ eventueel buddy-/hulphond
- ⤴ bijzonderheden waar tijdens de bijeenkomst rekening mee gehouden moet worden.

Je kunt worden verzocht om medische gegevens beschikbaar te stellen via de huisarts.

Voor meer informatie graag een mail naar [h.heyman@bnmo.nl](mailto:h.heyman@bnmo.nl).