



Nationale Raad
Zwemveiligheid



NL Zwemveilig

10 tips voor veilig snorkelen

Snorkelen is een leuke activiteit om na het behalen van de Nationale Zwemdiploma's te genieten van het onderwaterleven. Rustig hangend aan de oppervlakte en kijken naar wat er allemaal onder water te zien is. Maar waar let je nu eigenlijk op tijdens het snorkelen? Hieronder enkele tips zodat je niet alleen een leuke dag hebt, maar vooral ook veilig aan het snorkelen bent.

- 1** Zorg ervoor dat je gaat snorkelen op een plek waar dit is toegestaan en waar het veilig is.
- 2** Blijf in de buurt van de oever, kust of boot. Vooral de zee is een risico. Op zee kan een voor je gevoel klein stukje, opeens heel ver zijn.
- 3** Je hoeft niet ver van de waterkant te snorkelen om mooi onderwaterleven te ontdekken. Blijf binnen het gebied met drijflijnen en pas op voor andere watersporters en vaartuigen.
- 4** Wees je bewust van mogelijke gevaren zoals grote diepte (vanaf een boot) stroming en golven.
- 5** Waarschuw je kind voor de mogelijke gevaren en maak duidelijke afspraken over hoe ver er gesnorkeld mag/kan worden.
- 6** Snorkel nooit alleen en houd je kind altijd in de gaten.
- 7** Zorg voor goed passend materiaal zoals een masker, snorkel en vinnen.
- 8** Geniet van het onderwaterleven maar raak het niet aan.
- 9** Zorg dat je jezelf goed insmeert met waterbestendige zonnebrand (die niet slecht is voor het milieu) of doe een zwemvestje aan.
- 10** Blijf altijd rustig ademen door een snorkel. Oefen de ademhaling dan ook altijd eerst op het droge of in het zwembad.

Er zijn speciale opleidingen om je kind te leren snorkelen. Hier leert hij/zij alle basisvaardigheden om veilig te kunnen snorkelen.

Kijk voor meer informatie over snorkelen op
www.onderwatersport.org/snorkelen



Foto's: Duncan van Vliet

Heel Nederland zwemveilig