

ダイビング前のお願い

- ・ 各自準備運動などをして怪我の無いようにしてください
- ・ 水分補給をこまめにしてください。
- ・ 熱中症や低体温症に気を付けてください。対処がわからない場合は担当までお尋ね下さい
- ・ ルールがわからない場合は必ずご確認ください
- ・ 不安な点は必ず解消してから潜水してください

以下の事項について問題が無いことをご確認し、ご同意下さい

- * 体調のすぐれない場合は勇気を出してダイビングを中止してください。
- * お酒を飲まれた方でアルコールが残っている方はダイビングを中止してください。
- * ダイブ毎に海況がご自身のレベルに合わないと判断された場合は潜水を中止してください。
- * <ダイビングサービスが潜水注意でオープンしている場合はキャンセル料は頂きません>
- * 「水中ガイドの役割」・「ガイド付きダイビングに参加するダイバーの皆様へ」をご同意の上ご参加ください。



ダイビング当日のセルフチェックをお願いします

- ・ 熱はないか
- ・ 疲労または体のだるさはないか
- ・ 昨夜の睡眠は十分か
- ・ 食欲はあるか
- ・ 飲酒、飲酒による体調不良はないか
- ・ 下痢、脱水はないか
- ・ 身体のどこかに痛みはないか
- ・ 手足のしびれはないか
- ・ めまいはないか
- ・ 耳、鼻、副鼻腔に閉塞感はないか
- ・ 前回のダイビングの疲れは残っていないか
- ・ ダイビングをする意欲は十分にあるか

