

2020年度 日本工学院八王子専門学校	
スポーツ健康学科三年制 ビジネスコース	
初級ダイビング実習	
第4回	【スキン】マスククリア（マスクなし呼吸、マスク投げ）
第5回	【スキン】フィンワーク①スノーケルクリアの併用②マスクなし移動③片フィン併用
第6回	【スキン】立ち泳ぎ&浮力調整
第7回	【スキン】潜降（ヘッドファースト）／浮上
第8回	【スクーバ】エントリー&エキジット
第9回	【スクーバ】レギュレーターリカバリー&呼吸
第10回	【スクーバ】レギュレータークリア（水面2種、水中2種）
第11回	【スクーバ】マスククリア（マスクなし呼吸&マスク脱着）
第12回	【スクーバ】立ち泳ぎ+B, C, D&ウェイトの脱着（水面水中）
第13回	【スクーバ】水面移動（スキン①②③同様）
第14回	【スクーバ】水中動作①潜降浮上②遊泳姿勢&フィンワーク③中性浮力
第15回	【スクーバ】緊急浮上方法