



## Szkolenie Advanced Open Water Diver SILVER [Lewel I] 30 m (zielone kompetencje)

Numer usługi 2026/03/09/38256/3391998

10 000,00 PLN brutto  
10 000,00 PLN netto  
125,00 PLN brutto/h  
125,00 PLN netto/h  
266,67 PLN cena rynkowa ⓘ

SERVICE PM  
SPÓŁKA Z  
OGRANICZONĄ  
ODPOWIEDZIALNOŚ  
CIĄ

★★★★★ 4,9 / 5  
580 ocen

📍 Chojnice  
🏢 Usługa szkoleniowa  
📄 mieszana (stacjonarna połączona z usługą zdalną w czasie rzeczywistym)  
🕒 80:00 h  
📅 29.06.2026 do 22.07.2026

## Informacje podstawowe

<b>Kategoria</b>	Techniczne / Pozostałe techniczne
<b>Grupa docelowa usługi</b>	Szkolenie jest skierowane do osób pełnoletnich, w szczególności będących funkcjonariuszami lub pracownikami służb publicznych (np. policji, straży pożarnej, WOPR, straży granicznej, wojska, jednostek ratownictwa) chcące zdobyć zielone kompetencje - umiejętności prowadzenia efektywnych badań ekologicznych, ochrony wód i wpływu działalności człowieka na zbiorniki wodne przy użyciu zaawansowanego sprzętu nurkowego.
<b>Minimalna liczba uczestników</b>	1
<b>Maksymalna liczba uczestników</b>	5
<b>Data zakończenia rekrutacji</b>	28-06-2026
<b>Forma prowadzenia usługi</b>	mieszana (stacjonarna połączona z usługą zdalną w czasie rzeczywistym)
<b>Liczba godzin usługi</b>	80
<b>Podstawa uzyskania wpisu do BUR</b>	Standard Usługi Szkoleniowo-Rozwojowej PIFS SUS 2.0

## Cel

### Cel edukacyjny

Szkolenie przygotowuje kursanta do zdobycia kompetencji w zakresie nurkowania na poziomie Advanced Open Water Diver. Zapoznaje uczestnika z bezpiecznym, świadomym i samodzielnym planowaniem oraz wykonywaniem nurkowań potrzebnych do realizacji akcji dokumentowania środowiska podwodnego z poszanowaniem przepisów i zasad BHP, a także z warunkami terenowymi, doбором sprzętu, organizacją pracy zespołu, wykonaniem dokumentacji fotograficznej, planowaniem działań zapobiegawczych.

## Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik uzyskuje wiedzę i umiejętności w zakresie: zasad BHP i rozróżnia poziomy ryzyka podczas prac podwodnych ze szczególnym uwzględnieniem ratownictwa podwodnego, prawidłowo obsługuje suchy skafander i zestaw Sidemount, nadzoruje etyczne zachowania w wodzie i minimalny wpływ na środowisko, rozpoznaje prawidłowo zagrożenia podwodne, dokumentuje stan środowiska wodnego.	Uczestnik potrafi samodzielnie: obsługiwać suchy skafander, zestaw Sidemount, kompas, wdrażać procedury awaryjne ( w tym poszukiwać i wydobywać uszkodzowanego ), obsługiwać AED i zestaw tlenowy, planować nurkowanie i realizować akcje sprzątania akwenów wodnych, bezpiecznie zbierać, segregować i dokumentować odpady znalezione pod wodą, korzystać z narzędzi do raportowania danych.	Test teoretyczny  Obserwacja w warunkach rzeczywistych

## Kwalifikacje

### Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

### Warunki uznania kompetencji

Pytanie 1. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji zawiera opis efektów uczenia się?

TAK

Pytanie 2. Czy dokument potwierdza, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji?

TAK

Pytanie 3. Czy dokument potwierdza zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

TAK

## Program

Usługa realizowana w 80 godzinach zegarowych (49 godz. zajęć praktycznych - nurkowań, 31 godz. zajęć teoretycznych). Zajęcia dydaktyczne/wykłady prowadzone w małych grupach, max 3 osobowe. Zajęcia praktyczne/nurkowania prowadzone w formacie 2:1. Sala szkoleniowa wyposażona w rzutnik, laptop, ekran. Warunki niezbędne do pozytywnego zaliczenia szkolenia: 100% frekwencji, prawidłowe zaliczenie wszystkich nurkowań/ćwiczeń, egzamin teoretyczny 80%.

Szkolenie Advanced Open Water Diver SILVER [Lewel I] 30m. Zapobieganie wpływu działalności człowieka na zbiorniki wodne oraz degradację środowiska wodnego przy wykorzystaniu umiejętności na poziomie nurka Advanced Open Water Diver, ochrona życia ludzkiego oraz zapobieganie degradacji środowiska podwodnego przy pomocy technik nurkowych (zielone kompetencje).

1. Spotkanie organizacyjne, zasady bezpieczeństwa podczas szkolenia
2. Wykłady zawierające wiedzę na temat kursu suchy skafander (Dry Suit Diver)

Tematyka:

- rodzaje suchych skafandrów
- dodatki do skafandra
- ocieplacz i bielizna termiczna
- zawór dodawczy i upustowy
- kontrola pływalności
- konserwacja
- sytuacje awaryjne

3. Wykłady zawierające wiedzę na temat kursu nawigacja podwodna (Underwater Navigation Diver)

Tematyka:

- wartość nauki podwodnej nawigacji
- komponenty kompasu nurkowego
- wypatrzenie obiektu i znalezienie azymutu
- śledzenie danego azymutu
- metody mocowania i trzymania podwodnego kompasu
- wskazówki zapewniające jeszcze dokładniejszą nawigację
- nawigacja z użyciem naturalnych czynników
- kalkulowanie dystansu i prędkości płynięcia pod wodą
- podstawowe techniki nurkowania mające wpływ na podwodną nawigację (przypomnienie złych i dobrych nawyków dotyczących pływalności)
- omówienie kursu kompasowego, w tym; kurs liniowy i zwrotny, kurs kwadratowy i prostokątny, kurs trójkąta równobocznego

4. Wykłady zawierające wiedzę kursu nurkowanie nocne i przy ograniczonej widoczności (Night and Limited Visibility Diving)

Tematyka:

- nocne życie podwodne
- techniki nawigacji
- sprzęt niezbędny do nurkowania nocnego
- ryzyko przy nurkowaniu w ograniczonej widoczności
- przyczyny ograniczonej widoczności
- utrzymanie systemu partnerów nurkowych
- procedura na wypadek zaginięcia partnera

5. Wykłady zawierające wiedzę kursu nurek ratownik (Rapid Program Rescue Diver)

Tematyka:

- anatomia wypadku podczas nurkowania
- zapobieganie wypadkom
- powszechne skaleczenia i urazy podczas nurkowania
- uszkodzenia płuc spowodowane zbyt wysokim ciśnieniem
- powody, symptomy, skutki i leczenie choroby dekompresyjnej DCS
- utonięcie lub podtopienie
- rozwijanie planu i kontynuacja poszukiwania zaginionego nurka wraz z metodami wyjścia z wody i komunikacją zespołową w tym techniki wydobywania uszkodzonego
- sesja praktyczna RKO
- zaawansowane wykorzystanie sprzętu tlenowego w ratownictwie nurkowym

#### 6. Wykłady zawierające wiedzę kursu pływania w zestawie dwubutłowym w konfiguracji bocznej (Open Water Sidemount Diver)

##### Tematyka:

- historia nurkowania Sidemount
- nurkowanie sidemount obecnie
- ogólny zarys konfiguracji Sidemount
- zagadnienia związane z konfiguracją / wprowadzanie ulepszeń
- warsztaty sprzętowe i przygotowanie konfiguracji
- zajęcia praktyczne w warunkach basenowych

#### 7. Wykłady

- wprowadzenie do ekologii wód - struktura ekosystemów wodnych (jezioro, morze, rzeka, kopalnia)
- działalność człowieka i jej wpływ na ekosystemy wodne
- mikrozanieczyszczenia, odpady i hałas podwodny - jak wpływają na życie wodne
- rola nurka w monitorowaniu środowiska pod wodą
- techniki nurkowe przyjazne środowisku, trym, pływalność, stabilizacja

#### 8. Egzamin teoretyczny

#### 9. Zajęcia praktyczne w środowisku wód otwartych (basen, jezioro, kamieniołom)

#### 10. Egzamin praktyczny

# Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 23

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin	Forma stacjonarna
<b>1 z 23</b> Spotkanie organizacyjne , zasady bezpieczeństwa podczas szkolenia	Adam Zaremba	29-06-2026	18:00	20:00	02:00	Nie
<b>2 z 23</b> Wykłady zawierające wiedzę na temat kursu suchy skafander (Dry Suit Diver) - Karnowskiego	Adam Zaremba	30-06-2026	16:00	20:00	04:00	Tak
<b>3 z 23</b> Zajęcia praktyczne na Basenie Astoria w Bydgoszczy (pływalność, pływanie w skafandrze, odwracanie się, symulacja gubienia balastu) - Astoria	Adam Zaremba	01-07-2026	17:00	20:00	03:00	Tak
<b>4 z 23</b> Zajęcia praktyczne w kamieniołomie Piechcin koło Barcina (wypłynięcie z przystankiem bezpieczeństwa, sytuacje awaryjne, zacięcie zaworu dodatkowego, zablokowanie zaworu upustowego) - Piechcin	Adam Zaremba	02-07-2026	12:00	16:00	04:00	Tak

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin	Forma stacjonarna
<p><b>5 z 23</b> Zajęcia praktyczne w kamieniołomie Piechcin koło Barcina (sprawdzenie pływalności, przypadkowe zrzućenie balastu, wypięcie i wpięcie wężyka LP z suchego skafandra) - Piechcin</p>	Adam Zaremba	03-07-2026	12:00	16:00	04:00	Tak
<p><b>6 z 23</b> Wykłady zawierające wiedzę na temat kursu nawigacja podwodna (Underwater Navigation Diver) - Karnowskiego</p>	Adam Zaremba	04-07-2026	17:00	20:00	03:00	Tak
<p><b>7 z 23</b> Zajęcia praktyczne (kurs liniowy i zwrotny, użycie naturalnej nawigacji, kurs kompasowy zamknięty i trójkąta równoboczne go) - Gluche</p>	Adam Zaremba	05-07-2026	12:00	16:00	04:00	Tak

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin	Forma stacjonarna
<p><b>8 z 23</b> Zajęcia praktyczne (ćwiczenia kursów kompasowych, użycie tabliczki nurkowej lub notesu do zapisywania i odczytywania pod wodą zwrotów) - Głuche</p>	Adam Zaremba	06-07-2026	12:00	16:00	04:00	Tak
<p><b>9 z 23</b> Wykłady zawierające wiedzę kursu nurkowanie nocne i przy ograniczonej widoczności (Night and Limited Visibility Diving) - Karnowskiego</p>	Adam Zaremba	07-07-2026	18:00	20:00	02:00	Tak
<p><b>10 z 23</b> Zajęcia praktyczne na jeziorze Duże Głuche k.Chocimskiego Młyna (dwa nurkowania partnerskie w konfiguracji, nawigacja naturalna, zgubienie się pod wodą) - Głuche</p>	Adam Zaremba	08-07-2026	17:00	20:00	03:00	Tak

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin	Forma stacjonarna
<p><b>11 z 23</b> Zajęcia praktyczne na jeziorze Duże Głuche k. Chocimskiego Młyna (dwa nurkowania partnerskie w konfiguracji, symulacja zaplątania liny, ograniczona widoczność, wynurzenie awaryjne) - Głuche</p>	Adam Zaremba	09-07-2026	17:00	20:00	03:00	Tak
<p><b>12 z 23</b> Wykłady zawierające wiedzę kursu nurek ratownik (Rapid Program Rescue Diver) - Karnowskiego</p>	Adam Zaremba	10-07-2026	15:00	20:00	05:00	Tak
<p><b>13 z 23</b> Zajęcia praktyczne (dotarcie do nurka spanikowanego, nieprzytomnego, nieoddychającego, na i pod powierzchnią wody) - Głuche</p>	Adam Zaremba	11-07-2026	12:00	16:00	04:00	Tak
<p><b>14 z 23</b> Zajęcia praktyczne (symulacja ratunkowa, poszukiwania nurka, dzielenie się powietrzem) - Głuche</p>	Adam Zaremba	13-07-2026	12:00	16:00	04:00	Tak

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin	Forma stacjonarna
<p><b>15 z 23</b></p> <p>Wykłady zawierające wiedzę kursu pływania w zestawie dwubutlowym w konfiguracji bocznej (Open Water Sidemount Diver) - Karnowskiego</p>	Adam Zaremba	14-07-2026	15:00	20:00	05:00	Tak
<p><b>16 z 23</b></p> <p>Zajęcia praktyczne na Basenie Astoria w Bydgoszczy (kontrola pływalności, techniki pracy płetwami, zmiana automatów oddechowych, zarządzanie gazem) - Astoria</p>	Adam Zaremba	15-07-2026	17:00	20:00	03:00	Tak
<p><b>17 z 23</b></p> <p>Zajęcia praktyczne w kamieniołomie Piechcin koło Barcina (praca z zaworami, likwidacja wycieków, zarządzanie gazem, kontrola pływalności) - Piechcin</p>	Adam Zaremba	16-07-2026	12:00	16:00	04:00	Tak

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin	Forma stacjonarna
<p><b>18 z 23</b> Zajęcia praktyczne w kamieniołomie Piehcin koło Barcina (założenia i ściągnięcia butli w wodzie i na lądzie, techniki pracy płetwami, zmiana automatów oddechowych) - Piehcin</p>	Adam Zaremba	17-07-2026	12:00	16:00	04:00	Tak
<p><b>19 z 23</b> Obserwacja środowiska wodnego: dokumentacja wizualna, pomiary widoczności i temperatury, analiza zebranych danych, omówienie błędów, planowanie działań lokalnych i projektów ochrony - Charzykowski</p>	Adam Zaremba	18-07-2026	12:00	15:00	03:00	Tak

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin	Forma stacjonarna
<p><b>20 z 23</b></p> Zastosowanie techniki nurkowej przyjaznej środowisku, ćwiczenia ekologiczne, symulacja czyszczenia fragmentu dna, rejestracja danych dla projektu czysta woda, techniki usuwania sieci - Charzykowski e	Adam Zaremba	19-07-2026	12:00	14:00	02:00	Tak
<p><b>21 z 23</b></p> Praca w zespole dwuosobowy m. Analiza i opracowanie danych z nurkowania (raport końcowy) - Charzykowski e	Adam Zaremba	20-07-2026	12:00	15:00	03:00	Tak
<p><b>22 z 23</b></p> Egzamin teoretyczny (walidacja) - Piechcin	-	21-07-2026	18:00	20:00	02:00	Tak
<p><b>23 z 23</b></p> Egzamin praktyczny - suchy skafander, nawigacja, nurkowanie nocne, ratownictwo, zestaw dwubutlowy (walidacja) - Piechcin	-	22-07-2026	12:00	17:00	05:00	Tak

# Cennik

## Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	10 000,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	10 000,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	125,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	125,00 PLN

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

### Adam Zaremba

Właściciel Centrum Nurkowego Baza w Chojnicach. Swoją pasję z nurkowaniem zaczął niespełna 20 lat temu. Po wieloletnich kursach i umiejętnościach, które zdobył postanowił zostać instruktorem i otworzyć swoje Centrum Nurkowe w roku 2022. W swoim dorobku posiada kwalifikacje do szkoleń w następujących kursach w Federacji PSAI: Open Water Sport Diver (Kurs podstawowy), Underwater Navigation Diver (Nawigacja podwodna), Night Diving & Limited Visibility Diver, (Nurkowanie Nocne i w ograniczonej widoczności), DrySuit Diver (Suchy skafander), Wreck Diver Cold Water Environment, (Kurs Wrakowo-Morski), Basic Nitrox Diver (Nitrox podstawowy), DPV Diver (Nurkowanie ze skuterem), Basic Open Water Sidemount Diver, Konfiguracja boczna -zastaw dwubutlowy, Advanced Buoyancy Tec Diver, (Pływalność zaawansowana Rekreacyjna i Techniczna), Rapid Program (Nurek Ratownik), Ice diver (Nurkowanie podlodowe). Jego ścieżka rozwojowa wciąż nabiera rozpędu, ponieważ w ostatnich latach zdobył kolejno uprawnienia nurka Advanced Nitrox Diver, Extended Range Diver, Full Cave Diver i na tym nie poprzestaje. Pasjonat ochrony środowiska podwodnego. Oprócz prowadzenia szkoleń i kursów nurkowych, aktywnie angażuje się w akcje czyszczenia akwenów - jezior, kamieniołomów i kąpielisk. Dbą o dno, usuwa śmieci, liny i inne zanieczyszczenia, a także prowadzi działania porządkowe w portach i marinach. Jego celem jest nie tylko edukacja nurków, ale też poprawa stanu wód i bezpieczeństwa w ekosystemach wodnych.

## Informacje dodatkowe

### Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Materiały w formie prezentacji multimedialnych.

# Warunki techniczne

Część zdalna będzie prowadzona poprzez platformę Google Meets. Wymagania sprzętowe - laptop / komputer, internet, słuchawki, mikrofon, kamera. Minimalne wymagania łącza sieciowego - 50 Mb.

## Adres

ul. Karnowskiego 41  
89-600 Chojnice  
woj. pomorskie

Część teoretyczna odbędzie się w Chojnicach przy ul. Karnowskiego 41. Natomiast część praktyczna (nurkowania) odbędzie się w Centrum Nurkowym Piechcin przy ul. Radłowskiej 2, 88-192 Piechcin, na jeziorze Duże Głuche k. Chocimskiego Młyna, na jeziorze Charzykowskim koło Chojnic oraz na basenie Astoria przy ul. Królowej Jadwigi 23, 85-231 Bydgoszcz.

## Kontakt



**MARCIN RABCZYŃSKI**

**E-mail** [marcin@servicepm.pl](mailto:marcin@servicepm.pl)

**Telefon** (+48) 503 191 740