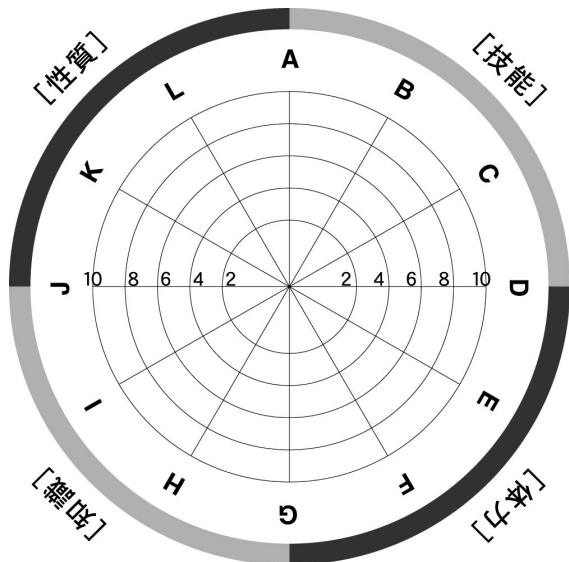


Self Marking for Divers

項目	2ポイント	4ポイント	6ポイント	8ポイント	10ポイント	ポイント	軸
現在のCカードランク	オープンウォーター	アドバンス	レスキュー	ダイブマスター	インストラクター		A
最近2年間の潜水回数	0~10Div	11~30Div	31~60Div	61~150Div	151Div以上		B
行動パターン	南のリゾートDivのみ	近場の5箇所以内	4~11月の5箇所以上	四季を通じ国内各地	四季を通じ国内外各地		C
3点なしの泳力(クロール・連続)	200M以内	200M以上	400M以上	600M以上	800M以上		D
フル装備の水面移動(穏やかな海)	50M未満	100M未満	150M未満	400M未満	400M以上		E
フル装備の陸上移動(歩行距離)	50M未満なら歩ける	100M位なら	150M位なら	200M未満なら	200M以上傾斜でも		F
海洋全般の基礎知識	あまり知らない	オープンの学科は理解	気象・潮流が予測できる	コンパスを理解、実践	十分理解している		G
身体の仕組みと潜水生理、障害	あまり知らない	自己の体調管理が出来る	減圧症予防が出来る	酸素分圧限界が解る	十分理解している		H
安全への対処と知識	あまり知らない	潜水計画を理解し実践	危険生物の応急手当理解	潜水計画が立案できる	危機管理が出来る		I
参加の意思決定	付き合い程度で参加	知り合いがいれば参加	月一回は楽しみたい	潜水の目的があり楽しい	潜水の目的手段が明確		J
バディーやグループとの関係	会話がわずらわしい	自分で楽しみたい	適当に合わせられる	面倒をみるのが好き	苦情を聞ける		K
トラブルやアクシデントに遭遇	直ぐかっとする性格	時には我慢できない	比較的冷静と思う	冷静とよく言われる	原因の分析が好き		L
					合計ポイント		

円グラフの作り方：A~L軸へ各ポイントをマークし線でつないでください。弱い部分はADSインストラクターにご相談ください。



【合計ポイントからの総合評価】

12~60・・・より経験を積みましょう。	
提案	年間20Divを目標に経験を積みましょう。 信頼できるバディーと楽しみを見つけましょう。 アドバンスやレスキューのコースに挑戦してみましょう。
61~89・・・スキルアップをすると、新たな感動と安全が倍増するはずですよ。	
提案	先輩のアドバイスを聞いてみましょう。 苦手なスキルをマスターしてみましょう。
90以上・・・素晴らしいダイビングを更にこれからも楽しんでください。	
提案	NITROX・潜水士・インストラクターへ挑戦してみましょう。 未知の世界をさがしましょう。

この自己診断書の結果を参考に、ダイビングライフをさらに楽しく安全にしましょう。

国際ダイビングスクール協会 ADS International

注意： 無断転載・複製を禁ず。