№ Цель Краткое описание тренировки Кол-во часов теория Практика (подводная)  
1 Отработка плавания в СМ 1.Конфигурация и подгонка СМ 2 Показ различных СМ систем с объяснением + и- , принципы СМ Подгонка СМ, правельная огрузка(вывешивание), торсировка шлангов и акссесуаров,  
2.Установка ХК (европейская и американская техники) 2 Объяснение + и -, показ на суше показ под водой с разбором  
3.Погружение вдоль ХК без усов (ходовик в пределах видимости, ходовик в контакте, ходовик в контакте без видимости) 4 Отработка с курсантами на суше уровень-Cavern показ под водой с разбором действий курсантов  
4.Погружение вдоль ХК с усами 1   
5.Снятие ХК (снятие ходовика 1 человек, снятие ходовика двумя подводниками). 2   
2 Отработка плавучести в СМ 1.Установка ХК + буйков 2   
2.Погружение вдоль ХК без крыла 2   
3.Погружение вдоль ХК с крылом 2   
4.Снятие ХК + буйков 2   
3 Сигналы в спелеодайвинге 1.Отработка визуальных сигналов 4 Лекция, показ, раздача учебных материалов Отработка под водой  
2.Отработка тактильных сигналов   
3.Отработка световых сигналов   
4.Отработка звуковых сигналов   
4 Прокладка ХК 1.Принципы установки ХК 2 Рассказ (виды и использование катушек) показ под водой с разбором  
2.Организация точек установки ХК (стационарные, искуственные не несущие, рельеф) 4 показ под водой с разбором, работа курсантов с разбором  
5 Аварийнные ситуации 1.Работа в нулевой видимости Разбор и отработка ситуаций уровень - Fullcave  
2.Поиск ХК   
3.Повреждение ГК   
4.Отказы снаряжения   
5.Запутование в ХК   
6 Транспортировка трансов 1.Вывешевание трансов 1 Отработка работы с трансами в сифоне, отработка передвижения с отрицательной и положительной плавучестью  
2.Транспортировка трансов 3   
3.Переход через перестежку 1   
4. Транспортировка в уместах с сложным рельефом 2   
7 Транспортировка пострадавшего 1.Комплектование носилок и пострадавшего По мотивам франков По мотивам франков  
2.Определение ролей в команде   
3.Транспортировка пострадавшего   
4.Транспортировка пострадавшего в условиях нулевой видимости   
5.Транспортировка пострадавшего по сложному рельефу   
8 Аварийные ситуации при транспортировка пострадавшего Аварийные ситуации при транспортировка пострадавшего Переключение источников газа "флейтой", работа при повреждении полнолицевой маски, переход на резерв  
9 Работа с компрессарами ВД Лекция Лекция о компрессарах ВД, принципы работы и обслуживания   
  
Расшифровка сокращений   
ГК Гидрокостюм (СУХОЙ)   
ХК Ходовой конец   
СМ Сайдмаунт