



Société Belge de Médecine Hyperbare et Subaquatique asbl  
Belgische Vereniging voor Overdruk- en OnderwaterGeneeskunde vzw



21 maart 2026  
Apnoe Duiken

Auditorium Militair Ziekenhuis  
Neder-over-Heembeek

**OPEN VOOR IEDEREEN**  
Militair Ziekenhuis Koningin Astrid  
Bruynstraat 1, 1120 Brussel

## Wetenschappelijke dag

Apnoe-duiken of "freediving" is misschien wel de meest intense vorm van onderwaterbeleving, en in veel gevallen ook de meest eenvoudige, aangezien het overal kan beoefend worden zonder specifiek materiaal. Nochtans is een goede fysieke en mentale voorbereiding belangrijk om deze sport zonder risico te kunnen beoefenen. Vele aspecten van de fysiologie en de pathologie van freediving zijn nog weinig bekend.

In de voormiddag geven eminente specialisten hun kennis over apnoe-duiken door: de fysiologische aspecten, keuringseisen en ook de gevaren en risico's van deze fascinerende sport. Na een lunch (broodjesmaaltijd ter plaatse) wordt er een ronde tafel georganiseerd om het thema te bespreken. Ook krijgen we de gelegenheid om enkele freedivers aan het woord te laten en een workshop te volgen over de weldoende effecten van freediven.

### Programma

- 09:00 – 09:30 Welkom en registratie
- 09:30 – 10:00 Apnoe-duiken: complexe fysiologische & omgevingsbeperkingen (Guy Vandenhoven)
- 10:00 – 10:30 Geschiktheidsonderzoek voor apnoeduiken (Guy Vandenhoven)
- 10:30 – 11:00 Pulmonaire risico's (barotrauma - squeeze en longoedeem) (Giuseppe Liistro)  
(te bevestigen)
- 11:00 – 11:30 Risico op hypoxie en DCS (Peter Germonpré)
- 11:30 – 12:00 Competitief freediven (AIDA): medische ondersteuning en eerste hulp bij incidenten  
(Jeroen Van Haudt)
- 12:30 – 13:00 Inflammatoire effecten van apnoe (Costantino Balestra)
- 13:00 – 14:00 Lunch
- 14:00 – 16:00 Ronde tafel gesprek – Workshop freediving
  - Van diepte tot dagelijks leven: nuttige aspecten van apnoe-duiken (Dominique De Troyer)
  - Competitie: grenzen verleggen versus grenzen begrijpen (Elisabeth Schalenbourg)
  - Collectieve statische droge apnoesessie en powernap (Dominique De Troyer)
  - Ronde tafel (Q&A)

*De slides zullen in het Engels zijn. De presentaties worden gegeven in de taal van de spreker.  
Accreditatie voor artsen (RIZIV) is aangevraagd.*

### Inschrijving verplicht !

Inschrijven voor de wetenschappelijke dag is verplicht en dient te gebeuren door het invullen van het inschrijvingsformulier op de website [www.bvoog.be](http://www.bvoog.be). De conferenties zijn gratis voor leden van de BVOOG. Voor niet-leden wordt een bijdrage van 20€ gevraagd voor de conferenties. Voor de lunch wordt €15 gevraagd. **Het bedrag van de inschrijving en de lunch dient vooraf te worden betaald via overschrijving (zie het inschrijvingsformulier op de site).**

## Sprekers

### Guy Vandenhoven



Guy Vandenhoven behaalde het diploma Huisarts-geneeskunde in 1979 aan de KULeuven. Hij is verder gespecialiseerd in de sportgeneeskunde, farmaceutische geneeskunde, hyperbare en duik-geneeskunde. Hij is voorzitter van de BVOOG, lid van het bureau van de Commission Médicale LIFRAS, lid van de Medische Commissie NELOS, lid van het bureau van SKA en Gezond Sporten Vlaanderen, lid van FIMS en EUBS. Hij is duiker sinds 1976, CMAS/LIFRAS\*\*\*\* SCUBA Instructor Level I.

### Giuseppe Liistro (onder voorbehoud)



Giuseppe Liistro is professor in de pneumologie aan de Cliniques Universitaires St Luc in Brussel. Hij is gespecialiseerd in ademhalingsfysiologie en slaap-apnoe-syndroom, en heeft zowel op persoonlijk als op wetenschappelijk vlak een grote belangstelling in duiken en meer bepaald apnoe-duiken.

### Peter Germonpré



Peter Germonpré is (militaire) hyperbare arts en sinds 1991 diensthoofd van het Centrum Hyperbare Zuurstoftherapie van het Militair Ziekenhuis Brussel. Voormalig president van de EUBS en Medisch Directeur van DAN Europe Benelux. Hij is auteur en co-auteur van meerdere wetenschappelijke artikels en boeken over duikgeneeskunde en hyperbare zuurstoftherapie.

### Jeroen Van Haudt



Jeroen Van Haudt is urgentie- en intensieve zorgen-verpleegkundige, met een passie voor technologische innovatie, educatie en freediving. Hij heeft meer dan 10 jaar ervaring in het internationale freediving competitie-circuit, en gebruikt zijn expertise om door opleidingen en medische steun het freediving veiliger te maken. Hij is secretaris van AIDA Belgium.



HERINNERING : "Turn the tide on plastic": Breng uw eigen mug (koffie) of glas (wijn, frisdrank) mee en help het plastic afval te verminderen. Leden van de BVOOG ontvangen hun glas met het logo bij de eerste vergadering.

## Sprekers

### Costantino Balestra



Costantino Balestra is Vice-President van DAN Europe for Research and Education en oud-president van de EUBS. Hij is professor in Environmental Physiology aan de Haute Ecole Bruxelles-Brabant (ISEK). Hij is auteur en editor van meerdere boeken ("PFO and the diver", "The Science of Diving") en is auteur en co-auteur van meer dan 150 wetenschappelijke artikels en hoofdstukken in wetenschappelijke boeken over duikfysiologie en hyperbaar onderzoek.

### Dominique De Troyer



Dominique De Troyer is CMAS apnoe-instructor en onderwijst ook de bijhorende ademhalingstechnieken (relaxatie, pranayama, visualisatie, meditatie) aan duikers en niet-duikers, met als doel stressbeheersing en revitalisatie. Na een carrière in de bankwereld is hij sinds 2009 actief als opleider en begeleider. Hij is auteur van het boek "23 secrets d'apnéistes pour vivre mieux" en animator van de podcast "SOS Chefs d'Entreprises"

### Elisabeth Schalenbourg



Elisabeth Schalenbourg is zelfstandig architecte, en sinds 2018 freediver. Sinds 2022 is ze competitief actief en heeft een 'personal best' afstand in Dynamic Bi-Fins van 150m.

## AFSPRAAK

### Auditorium van het Militair Ziekenhuis te Neder-over-Heembeek.

Ten noorden van Brussel, op de Ring R0. Neem de Afrit 6 (Vilvoorde-Koningslo-Militair Ziekenhuis). Volg dan de weg naar omhoog en sla aan de lichten rechtsaf. De eerste weg links leidt U naar de bezoekersparking. Ga binnen via de hoofdingang; signalisatie is voorzien. Het Auditorium bevindt zich op C-1.

