



**Centro Sub Free Diving – Ente di Formazione Didattica Subacquea
Via Menfi N. 12 – 96100 Siracusa**

Con la presente abbiamo il piacere di comunicare che **Mercoledì 09 Maggio 2007 alle ore 20,15**, avrà luogo presso i nostri locali, la presentazione **del 2° Corso per l'anno 2007 "Advanced Open Water Diver Padi"**.

A tale corso potranno accedere tutti coloro che hanno già conseguito il brevetto di primo livello "Open Water Diver Padi" o equivalente.

A tutti gli allievi verrà consegnato :

- 1. Kit didattico con DVD - manuale e tabelle per pianificare le proprie immersioni;**
- 2. Card brevetto**

Come certamente constaterai, se deciderai di frequentare il nostro corso, avventura, divertimento e amicizia sono gli ingredienti che fanno della formazione subacquea con PADI un'esperienza davvero meravigliosa !

Proseguendo ora nella Tua formazione per diventare Assistente Istruttore o Istruttore, scoprirai presto che l'hobby che hai scelto continuerà ad offrirti esperienze sempre più intense ed emozionanti.

Convinciti da solo che con noi hai scelto la via migliore verso un futuro affascinante.

Decidendo pertanto di seguire un corso di formazione presso di noi, hai scelto una perfetta sintesi di serietà professionale e massima flessibilità.

Tra l'altro, come già saprai, potrai decidere di effettuare o proseguire dopo un'interruzione tutti i corsi presentati presso di noi in un qualunque degli **oltre 5.000 Padi Dive Center** presenti in tutto il mondo.

E persino nell'ambito di un singolo corso puoi decidere di seguire la formazione teorica e quella pratica in luoghi e in momenti diversi.

Una possibilità del tutto unica, che solo PADI può offrirti.

Per event. Informaz.

0931-756236 *Centro Sub e Negozio*

sezdidattica@csfreediving.org

vincenzo.gionfrida@virgilio.it

visit us : www.csfreediving.org



*Centro Sub Free Diving – Ente di Formazione Didattica Subacquea
Via Menfi N. 12 – 96100 Siracusa*

Il Programma

ARGOMENTO : teoria avanzata

Navigazione subacquea : importanza della navigazione subacquea, orientamento, stima delle distanze in immersione (con metodo dei cicli di pinneggiata, tempo, pressione bombole, braccia, cima graduata), Navigazione naturale sott'acqua, osservazioni pre-immersioni, discese e navigazione naturale, riferimenti naturali (luci ed ombre, composizione del fondo, profilo del fondo, piante ed animali, rumore), utilizzo dei tracciati subacquei (andata e ritorno, quadrato, triangolo, rettangolo, circonferenza), virate di 90 gradi senza bussola.

Immersione Naturalistica : relazione sintetica sul significato della parola ecologia ed ecosistema sia acquatico che marino – gli animali acquatici pericolosi, come comportarsi in caso di avvistamento – come si interagisce correttamente con gli organismi acquatici – come e quando si possono toccare o maneggiare gli animali acquatici in maniera responsabile - come nutrire i pesci e le varie altre forme di vita acquatica – tecniche d'immersione da utilizzare per preservare le creature che abitano sul fondo, per ridurre al minimo il disturbo arrecato alla vita subacquea.

Navigazione con la bussola : caratteristiche della bussola, parti fondamentali e nomenclatura, come tenere la bussola, nuotare con la bussola, impostazione della bussola, assetto e navigazione con bussola, tracciati e percorsi andata e ritorno, a triangolo, a quadrato, a rettangolo, a greca.

Immersione notturna : attrezzatura per l'immersione notturna, sistemi di illuminazione subacquea, caratteristiche fondamentali e tipi, altre fonti di illuminazione, uso e manutenzione, programmazione delle immersioni notturne, lo stress nelle notturne, sistema di coppia, spegnimento della luce, separazione dal compagno, perdita di orientamento, segnali subacquei, tecniche di immersione in notturna, notturne dalla riva e dalla barca (organizzazione), discese e risalite, comunicazione, navigazione in notturna.



*Centro Sub Free Diving – Ente di Formazione Didattica Subacquea
Via Menfi N. 12 – 96100 Siracusa*

Immersione profonda : definizione e limiti delle immersioni profonde, attrezzature personali (tipologie e caratteristiche), attrezzature speciali, stazioni di supporto in superficie, computer subacquei, kit pronto soccorso, tecniche di immersione profonda, contatto con il compagno, assetto neutro in profondità ed in quota di decompressione, discese e risalite con riferimento e senza riferimento, consumo dell'aria, controllo della scorta d'aria, tecniche anti sospensione, tappe di decompressione preventive e di emergenza, narcosi da azoto, malattia da decompressione.

Massima esecuzione dell'assetto: verifica pesata, microregolazione della galleggiabilità, posizionamento e distribuzione della zavorra, assetto idrodinamico, utilizzo ottimale del gav, controllo della respirazione.

ARGOMENTO : Esercizi di pratica avanzata in mare.

Navigazione: stima delle distanze con metodo dei cicli di pinneggiata, tempo, pressione bombole, braccia, cima graduata, navigazione lungo una linea retta sott'acqua e ritorno usando riferimenti naturali, navigare sott'acqua lungo una linea retta con bussola e ritorno, tracciato bussola a quadrato, triangolo, rettangolo e greca.

Notturna :immersioni dalla riva, tecniche di entrata ed uscita, navigazione subacquea con bussola, percorsi subacquei in notturna, tecniche di discesa e risalita, rientro al punto di partenza.

Profonda: immersione fra i 21 e i 30 metri da terra e dalla barca, svolgimento di compiti a quota trenta metri (esercizi di calcolo, nodi etc.), controllo dei sintomi da narcosi da azoto, navigazione subacquea, risalita a quota di decompressione simulata a 5 metri con riferimento e senza riferimento.