



CORSO SOMMOZZATORE DI 1° GRADO AR (P1)

Il giovedì' dalle 19:45 alle 22:15 - Presentazione corso: 14/9 ore 20:00 - Prove: 17/9 e 24/9

TEORIA 19:45 - 20:45	VASCA 21:00 - 22:15
Spiegazione di quello che si farà in piscina	Prove libere
Spiegazione di quello che si farà in piscina	Prove libere
Presentazione del corso ed obiettivi - Attrezzatura di base	BD1: Prove di acquaticità e subacquaticità
Cenni di fisica - Apparato uditivo e compensazione	BD2: Nuoto e sostentamento in superficie
Cenni di Fisica - Apparato circolatorio e respiratorio	BD3: Capovolte in raccolta
Barotraumi	Recuperi
Attrezzatura ARA	Acquaticità e subacquaticità
Assorbimento e rilascio di gas in immersione	BD4: Attrezzatura di base
Tabelle d'immersione e Computer subacqueo	BD5: Ara 1
Pianificazione dell'immersione	BD5: Ara 1
Recuperi	Recuperi
Comportamento in immersione, tecnica d'immersione, procedure	BD6: Ara 2
Recuperi	
Educazione all'ambiente e osservazione biologica	BD7: Ara 3
Recuperi	
Incidenti subacquei	BD9: Ara 5
Recuperi	Recuperi
Valutazioni finali Teoria	Valutazioni finali BD

QUOTA A PERIODO: € 335,00

QUOTA D'ISCRIZIONE alla Polisportiva: € 93,00 comprensiva di tessera associativa H2BO e tessera FIPSAS

NOTE: La programmazione può variare a seconda delle necessità didattiche emerse durante il corso. Avvisare sempre gli istruttori di assenze o ritardi per permettere, eventualmente, una diversa organizzazione della serata didattica.

Attrezzatura da piscina (BD): Ogni allievo dovrà portare sempre l'attrezzatura completa: maschera, aeratore, pinne. Se l'allievo utilizza la muta dovrà portare anche la necessaria zavorra di annullamento.

Uscite didattiche in acqua fonda - MARE - Y-40: Per il conseguimento del brevetto outdoor è prevista uscita al mare FINE MAGGIO - INIZIO GIUGNO 2027 (data da confermare) per fare le immersioni didattiche. nella stagione invernale potranno essere organizzate uscite facoltative alla piscina Y-40

I tuoi istruttori

Ferruccio Di Donato ferruccio.didonato@h2bo.net
Stefano Candini pylon@lere.it
Pietro Poggi pieter.poggi@gruppohera.it

Riferimenti

Villaggio del Fanciullo Via Bonaventura Cavalieri, Bologna, tel. 051-5877764, www.villaggiodelfanciullo.com
Sede H2bo Via Varthema 50, Bologna, email: info@h2bo.net, www.h2bo.net

