

PROGRAMMA DELLE ATTIVITA' – CORSO SUB IPSIA 2010

DATA	MODULO ORARIO	AULA /LABOR. O ATTIVITA' EST.	ARGOMENTO ATTIVITA'	DOCENTE ESPER / TUTOR	RICHIEST ASSISTEN. TECNICO	SUSSIDIO DIDAT. (vedi nota)
Sabato 17 Aprile 2010	5	AULA / TEORIA	Presentazione del corso e percorso formativo – modulistica e pratiche amministrative – ritiro certificato medico – consegna dispensa personalizzata e materiale didattico - consegna attrezzature			
Sabato 24 Aprile 2010	2	AULA / TEORIA	Modulo 1 di Teoria Assetto Scendere senza problemi Risalire senza problemi Respirare sott'acqua			
	3	PISCINA	Modulo 1 Acque Confinare – Piscina <ul style="list-style-type: none"> • Vestizione e regolazione dell'attrezzatura • Gonfiaggio/sgonfiaggio del GAV in superficie <ul style="list-style-type: none"> • Respirare sott'acqua • Recupero dell'erogatore • Svuotamento dell'erogatore • Svuotamento della maschera parzialmente allagata <ul style="list-style-type: none"> • Nuoto subacqueo • Uso del manometro • Uso della fonte d'aria alternativa <ul style="list-style-type: none"> • Segnali manuali <ul style="list-style-type: none"> • Risalite • Divertimento e pratica degli esercizi <ul style="list-style-type: none"> • Uscita e de briefing 			

Sabato 08 Maggio 2010	2	AULA / TEORIA	Modulo 2 di Teoria Stare caldi Assumete un assetto idrodinamico Immergetevi in compagnia			
	3	PISCINA	Modulo 2 Acque Confinatae – Piscina <ul style="list-style-type: none"> • Controllo di sicurezza pre-immersione <ul style="list-style-type: none"> • Entrata(e) in acqua fonda • Svuotamento dello snorkel – metodo del soffio <ul style="list-style-type: none"> • Scambio snorkel – erogatore <ul style="list-style-type: none"> • Discese • Nuoto in superficie con l'autorespiratore • Togliere, rimettere e svuotare la maschera <ul style="list-style-type: none"> • Respirazione senza la maschera • Scollegamento della frusta bassa pressione • Gonfiaggio a bocca e sgonfiaggio del GAV in superficie <ul style="list-style-type: none"> • Verifica della galleggiabilità • Simulazione di esaurimento dell'aria • Divertimento e pratica degli esercizi • Rimozione della zavorra in superficie (sgancio rapido) <ul style="list-style-type: none"> • Rimozione dell'attrezzatura in superficie e uscita 			
Domenica 09 Maggio 2010	5	MARE	Pratica in Mare – Modulo 1 In questa sessione, gli allievi eseguiranno tutti gli esercizi addestrativi già eseguiti nella sessione del Modulo 1 in Piscina o Acque Confinatae			
Sabato 22 Maggio 2010	2	AULA / TEORIA	Modulo 3 di Teoria Com'è l'ambiente nel quale ci immergeremo? Cura di se stessi e Cura degli altri Soluzioni ponderate in immersione Avventure al largo			
	3	PISCINA	Modulo 3 Acque Confinatae - Piscina Assetto neutro, pivoting sulle pinne, gonfiando a bocca e con il meccanismo a bassa pressione <ul style="list-style-type: none"> • Nuoto in assetto neutro • Rimozione di un crampo • Trasporto di un subacqueo stanco • Esaurimento dell'aria/fonte d'aria alternativa, esercizi combinati 			

			<ul style="list-style-type: none"> • Respirazione da un erogatore in continua • Rialita controllata di emergenza nuotando (CESA) <ul style="list-style-type: none"> • Divertimento e pratica degli esercizi • Uscita e de briefing 			
Domenica 23 Maggio 2010	5	MARE	Pratica in Mare - Modulo 2 In questa sessione, gli allievi eseguiranno tutti gli esercizi addestrativi già eseguiti nella sessione del Modulo 2 in Piscina o Acque Confiniate			
Sabato 29 Maggio 2010	2	AULA / TEORIA	Modulo 4 di Teoria Malattia da decompressione Introduzione alle tabelle di immersione Uso del Pianificatore di Immersioni Ricreative			
	3	PISCINA	Pratica in Piscina Riepilogo e Recupero di tutti gli esercizi eseguiti in Piscina nelle precedenti Sessioni			
Domenica 30 Maggio 2010	5	MARE	Pratica in Mare – Modulo 3 In questa sessione, gli allievi eseguiranno tutti gli esercizi addestrativi già eseguiti nella sessione del Modulo 3 in Piscina o Acque Confiniate			
Sabato 05 Giugno 2010	2	AULA / TEORIA	Modulo 5 di Teoria Soste di sicurezza Decompressione di emergenza Considerazioni sugli effetti dell'altitudine nei subacquei Ricerca del Minimo intervallo di superficie Pianificazione delle immersioni con il computer			
	3	PISCINA	Modulo 4 e 5 in Acque Confiniate – Piscina Nuoto senza la maschera <ul style="list-style-type: none"> • Assetto neutro – hovering • Respirazione in coppia • Divertimento e pratica degli esercizi 			

			• Uscita e debriefing			
Domenica 06 Giugno 2010	5	MARE	Pratica in Mare – Modulo 4 In questa sessione, gli allievi eseguiranno tutti gli esercizi addestrativi già eseguiti nella sessione del Modulo 4 in Piscina o Acque Confinare			
Sabato 12 Giugno 2010	2	AULA / TEORIA	ESAME FINALE Test e Quiz in forma Scritta Correzione errori e comunicazione risultati individuali			
	3	PISCINA	Recupero e Riepilogo Finale Esercizi in Piscina			
Domenica 13 Giugno 2010	5	MARE	Pratica in Mare In questa sessione, gli allievi eseguiranno tutti gli esercizi addestrativi già eseguiti nella sessione del Modulo 4 / 5 in Piscina o Acque Confinare			