

programma corso

BASE



STAFF



Federazione Italiana Attività Subacquee

ORGANIZZAZIONE	A.S.D. FRIULANA SUBACQUEI Viale Palmanova 18 Udine www.friulanasubacquei.it e-mail: info@friulanasubacquei.it Presidente: Ernesto Milan
DIDATTICA	F.I.A.S. Federazione Italiana Attività Subacquee Sezione Territoriale di Udine e-mail: presidente.udine@fias.it Presidente: Francesco Galfano Direttore Centro Tecnico: Alberto Milan
STAFF INSEGNANTE	Direttore Istruttore Lorella Rizzi Maestro Istruttore Stefano Presiren Istruttore Alberto Milan Istruttore Gianfranco Pascoletti Istruttore Del Torre Alberto
ORARI LEZIONI	teoria: inizio lezioni in sede ore 20.00 piscina: inizio lezioni presso piscina Tomadini ore 21.15 acque libere: gli orari e i luoghi saranno comunicati in aula
REQUISITI	essere in regola con l'iscrizione certificato medico aver compiuto 14 anni
STANDARD	teoria: 12 ore acque delimitate: 15 ore acque libere: per un totale di 8 immersioni
ATTREZZATURA SUBACQUEA	attrezzatura da acquistare: muta, calzari, guanti, pinne, maschera, aeratore, cintura porta zavorra e zavorra, pallone segnasub, attrezzatura fornita dal club: bombola, gav, erogatori, manometro, profondimetro, pallone di emergenza.
TESTI	manuale F.I.A.S. corso BASE
ESAMI	teoria: 22 ottobre (sede Friulana Subacquei) acque delimitate: 25 ottobre (piscina Tomadini)

Martedì 10 settembre	T	Presentazione del Corso	Presidente circolo Staff
Venerdì 13 settembre	T	Attrezzatura (lezione 1)	
Martedì 17 settembre	T	Fisiologia (lezione 2) Fisica 1 (lezione 3)	
	P	Corpo libero	
Venerdì 20 settembre	T	Fisica 2 (lezione 4) Fisica 3 (lezione 5)	
	P	Attrezzatura base	
Lunedì 23 settembre	T	Distribuzione attrezzatura e lezione sul gruppo ARA Manutenzione attrezzatura (lezione 20)	
Martedì 24 settembre	T	Incidenti (lezione 6)	
	P	Attrezzatura base	
Venerdì 27 settembre	T	Sovradistensione Polmonare – PDD (lezione 7)	
	P	Attrezzatura base + ARA	
Martedì 1 ottobre	T	Organizzazione immersione (lezione 14) Programmazione prima immersione (lezione 8)	
	P	Attrezzatura base + ARA	
Venerdì 4 ottobre	T	Programmazione seconda immersione (lezione 9)	
	P	Attrezzatura base + ARA	
Domenica 6 ottobre	I	1^ Immersione 2^ immersione	
Martedì 8 ottobre	T	Correzione test di verifica Condotta immersione (lezione 12) Sistema del Compagno (lezione 13) Sicurezza immersione (lezione 15)	
	P	Corpo libero	

Mercoledì 9 ottobre	T	Biologia (lezione 16) Ambiente marino (lezione 17) Apnea (lezione 18) Computer (lezione 19)	
Venerdì 11 ottobre	T	PS Ossigeno (lezione 10) RCP (lezione 11)	
	P	Corpo libero	
Sabato 12 Domenica 13 ottobre	I	2 immersioni	
	I	2 immersioni	
Martedì 15 ottobre	T	Circolo e federazione	
	P	Esercizi vari	
Giovedì 17 ottobre	T	Ripasso generale	
Domenica 20 ottobre	I	2 immersioni	
Martedì 22 ottobre	T	ESAME TEORIA	
	P	Prove ESAME completo.	
Venerdì 25 ottobre	P	ESAME	