

programma corso

BASE



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: Francesco Favero
STAFF INSEGNANTE	Direttore Istruttore Stefano Barberini Maestro Istruttore Ernesto Milan Istruttore Lorella Rizzi Istruttore Gianfranco Pascoletti
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: 10 ore acque delimitate: 14 ore acque libere: 4 uscite 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 e acque delimitate:14/6/2024

Venerdì 3 maggio	T	Presentazione del Corso
Martedì 7 maggio	T	Attrezzatura (lezione 1)
	P	Corpo libero
Venerdì 10 maggio	T	Fisiologia (lezione 2) Fisica 1 (lezione 3)
	P	Corpo libero
Martedì 14 maggio	T	Fisica 2 (lezione 4) Fisica 3 (lezione 5)
	P	Attrezzatura base
Mercoledì 15 maggio	T	Distribuzione attrezzatura e lezione sul gruppo ARA Manutenzione attrezzatura (lezione 20)
Venerdì 17 maggio	T	Incidenti (lezione 6)
	P	Attrezzatura base
Martedì 21 maggio	T	Sovradistensione Polmonare – PDD (lezione 7)
	P	Attrezzatura base + ARA
Venerdì 24 maggio	T	Organizzazione immersione (lezione 14) Programmazione prima immersione (lezione 8)
	P	Attrezzatura base + ARA
Martedì 28 maggio	T	Programmazione seconda immersione (lezione 9)
	P	Attrezzatura base + ARA
Venerdì 31 maggio	T	PS Ossigeno (lezione 10) RCP (lezione 11)
Sabato 1 e 2 giugno	I	1^ Immersione 2^ immersione Test intermedio

	I	3^ immersione 4^ Immersione
Martedì 4 giugno	T	Correzione test di verifica Condotta immersione (lezione 12) Sistema del Compagno (lezione 13) Sicurezza immersione (lezione 15)
	P	Corpo libero
Mercoledì 5 giugno	T	Biologia (lezione 16) Ambiente marino (lezione 17) Apnea (lezione 18) Computer (lezione 19)
Venerdì 7 giugno	T	Circolo e federazione
Sabato 8 e 9 giugno	I	5^ immersione 6^ immersione
	I	7^ immersione 8^ immersione
Martedì 11 giugno	T	Ripasso generale
	P	Prova esame acque delimitate
Venerdì 14 giugno	T	ESAME TEORIA
	P	ESAME PISCINA
Martedì 18 giugno		ESITI