



Corso ARA 2° grado (equivalente 2 stelle Cmas).

E' probabilmente il corso più importante nel percorso didattico. Durante il corso vengono perfezionate le tecniche e le conoscenze teoriche per arrivare ad immergersi consapevolmente, in autogestione e naturalmente in sicurezza. Al termine del corso l'allievo sarà abilitato ad effettuare immersioni fino ai 30 metri di profondità, in coppia ed entro i limiti della curva di sicurezza.

Età: almeno 15 anni (compiuti anche entro la prevista fine del corso).

Prerequisiti: brevetto 1° grado o equiparato, 10 immersioni certificate.

Certificato medico: attività sportiva subacquea non agonistica. Vivamente consigliabile, ma non obbligatoria, una visita medico-sportiva completa presso un centro di medicina sportiva.

Materia complementare: al corso 2° grado è abbinato il corso per una specializzazione a scelta. Normalmente, per l'importanza che riteniamo abbia, viene effettuato il corso di Orientamento e Navigazione Subacquea.

Articolazione del corso: una parte teorica (14 ore + 5 materia compl.), esercitazioni pratiche in piscina (almeno 20 ore + 3), esercitazioni e uscite in mare (6 immersioni + 2).

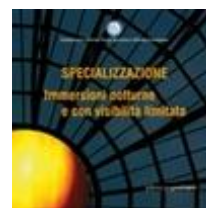
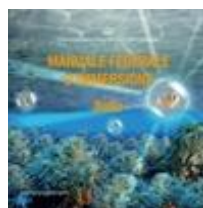
Durata prevista : con frequenza trisettimanale: 12 settimane - bisettimanale: 16 settimane

N.B. Naturalmente, al fine di arrivare ad una preparazione che l'istruttore ritenga sufficiente principalmente in ottica "sicurezza", soprattutto le esercitazioni in piscina potrebbero richiedere tempi un po' più lunghi.

Attrezzature e materiali personali: per la teoria - manuale e kit e materiale didattico (fornito dal Club)
per la piscina - costume, cuffia, ciabatte
per mare e piscina - maschera, areatore, pinne, muta, cintura zavorra

N.B. Prima di effettuare eventuali acquisti è bene farsi consigliare dai nostri istruttori, per non rischiare di comprare attrezzi inutili o non adatti e anche per avere un giudizio su materiali disponibili. Bombole, erogatori e giubbotto GAV per le esercitazioni in piscina saranno messi a disposizione dal Club mentre per le uscite in mare verranno noleggiati.

Obiettivo da conseguire: una buona conoscenza teorica delle leggi fisiche, della fisiologia e dell'anatomia. Capacità nella pianificazione e programmazione dell'immersione. Buona acquaticità generale. Nozioni di marineria e meteorologia. Nozioni di soccorso e autosoccorso.



Manuale federale BOLLE e Manuali di specialità