



FEDERAZIONE SPORTIVA NAZIONALE  
RICONOSCIUTA DAL CONI



ITA F00 - MEMBRO FONDATORE DELLA CMAS  
CONFEDERAZIONE MONDIALE ATTIVITÀ SUBACQUEE



# FEDERAZIONE ITALIANA PESCA SPORTIVA E ATTIVITÀ SUBACQUEE

Settore Didattica Subacquea

## Corso di specializzazione

# IMMERSIONE PROFONDA



## Caratteristiche principali del corso

Denominazione	Immersione Profonda
Codice	PPr
Organizzazione	Società o CCF
Brevetto	Formato <i>credit card</i>
Abilitato al rilascio	Istruttore di 2° Grado AR (M2) iscritto all'AIS
Età minima	16 anni
Requisiti minimi	- 2° Grado AR (P2) o equiparato - 1 materia complementare a scelta tra <ul style="list-style-type: none"><li>• Immersione Notturna (PNot) o equiparato</li><li>• Nitrox base (PNx1) o equiparato</li><li>• Immersione su Relitti e Secche (PRs) o equiparato</li></ul>
Minime ore di T	6
Minime ore di BD	10
Minime uscite in AL	4
Abilitazione	Immersioni fino alla profondità massima di 42 m, in curva di sicurezza ed in coppia
Equivalenza CMAS	-
Visita medica	Certificato di idoneità sportiva non agonistica
Rapporto ALL/ISTR in BD	4 ALL/1 ISTR 6 ALL/1 ISTR + 1 AIST 8 ALL/1 ISTR + 2 AIST
Rapporto ALL/ISTR in AL	Come in BD
Kit	www.fipsas.it

## Indice

<b>PARTE I: STANDARDS E SPECIFICHE .....</b>	<b>3</b>
1 - Classificazione del corso .....	3
2 - Abilitazione del corso .....	3
3 - Obiettivi del corso .....	3
4 - Requisiti di accesso al corso.....	3
5 - Struttura del corso .....	3
6 - Rapporti minimi Istruttori / Allievi.....	4
7 - Durata minima del corso .....	4
8 - Contenuti minimi del corso .....	4
9 - Conseguimento del brevetto .....	4
10 - Norme specifiche del corso .....	5
<b>PARTE II: PROGRAMMA DETTAGLIATO DEL CORSO .....</b>	<b>6</b>
11 - Teoria .....	6
12 - Bacino Delimitato .....	6
13 - Acque Libere.....	10
14 - Dichiarazione di fine corso .....	13
15 - Modifiche al documento.....	14

© 2018 FIPSA S - Federazione Italiana Pesca Sportiva e Attività Subacquee, Viale Tiziano, 70 - 00196 Roma  
Tel.: 0636851, Fax: 0636858109, Sito web: www.fipsas.it, E-mail: didattica@fipsas.it  
**Tutti i diritti riservati**



## **PARTE I: STANDARD E SPECIFICHE**

### **1 - Classificazione del corso**

- Il corso “Immersione Profonda” è un corso di specializzazione.
- Il presente corso è codificato con la sigla PPr.

### **2 - Abilitazione del corso**

- Immersioni in coppia, in curva di sicurezza.
- Profondità massima: 42 m.

### **3 - Obiettivi del corso**

- L'Allievo durante il corso apprende
  - il corretto approccio all'immersione profonda e le problematiche ad essa relative,
  - le motivazioni dell'immersione in corrente e le problematiche ad essa relative,
  - la pianificazione, la logistica e le attrezzature necessarie per effettuare questo tipo di immersioni,
  - le tecniche d'immersione e le procedure di sicurezza.
- L'Allievo durante il corso acquisisce anche le nozioni teoriche e le capacità tecniche necessarie ad effettuare in sicurezza immersioni in Corrente e nel Blu

### **4 - Requisiti di accesso al corso**

- 16 anni compiuti prima della fine del corso (per i minori occorre l'autorizzazione firmata dei genitori o di chi ne fa le veci).
- Brevetto di 2° grado AR (P2) o equiparato.
- 1 Brevetto a scelta tra le seguenti materie complementari:
  - Brevetto di Immersione Notturna o con Scarsa Visibilità (PNot),
  - Brevetto di Nitrox base (PNx1),
  - Brevetto di Immersione su Relitti e Secche (PRs).
- 40 immersioni certificate sul libretto d'immersione.
- Certificato di idoneità sportiva non agonistica.
- Tessera FIPSAS.

### **5 - Struttura del corso**

- Il corso è suddiviso in 3 parti:
  - T = Teoria,
  - BD = Bacino Delimitato (o Acque Confinato),
  - AL = Acque Libere non delimitate (Mare o Lago), ma segnalate.
- Ogni parte è suddivisa in moduli (lezioni, prove, immersioni).
- Ogni modulo è denominato attraverso la sigla ed un numero ordinale (es. T6, sesta lezione di Teoria).
- Ogni modulo può essere scomposto in sottomoduli propedeutici e/o accorpato ad altri, eseguito in una o più volte a seconda delle esigenze logistiche.
- Deve comunque essere rispettato il numero minimo di ore indicato in §7.



## **6 - Rapporti minimi Istruttori / Allievi**

### **6.1 - Teoria**

- Si consiglia la presenza di 1 membro dello staff (compreso l'Istruttore docente) ogni 8 Allievi.

### **6.2 - Bacino Delimitato**

- 1 Istruttore per massimo 4 Allievi,
- 1 Istruttore + 1 AIST per massimo 6 Allievi,
- 1 Istruttore + 2 AIST per massimo 8 Allievi.

### **6.3 - Acque Libere**

- 1 Istruttore per massimo 4 Allievi,
- 1 Istruttore + 1 AIST per massimo 6 Allievi,
- 1 Istruttore + 2 AIST per massimo 8 Allievi.

**N.B.:** Se le condizioni di visibilità sono ridotte, i rapporti vanno modificati in modo tale che gli Allievi siano sempre in contatto visivo con l'Istruttore (o AIST).

## **7 - Durata minima del corso**

- T            6 ore,
- BD          10 ore,
- AL          4 immersioni.

## **8 - Contenuti minimi del corso**

### **8.1 - Teoria**

T1 - Immersione profonda 1.  
T2 - Immersione profonda 2.  
T3 - Immersione in corrente.

### **8.2 - Bacino Delimitato**

BD1 - Apnea statica in superficie (90 s).  
BD2 - Nuoto in immersione con attrezzatura (40 metri)  
BD3 - Nuoto in superficie con attrezzatura (1000 m in 30 min).  
BD4 - Assetto, postura, pinneggiata.  
BD5 - Vestizione sul fondo e percorso in immersione  
BD6 - Respirazione con ARA e percorsi in apnea alternati  
BD7 - Esercizi in condizione di affanno.

### **8.3 - Acque libere**

AL1 - Esercizi in acqua bassa (15 m).  
AL2 - Immersione con barca di appoggio (profondità massima 36 m).  
AL3 - Immersione alla quota massima (profondità massima 42 m).  
AL4 - Immersione alla quota massima (profondità massima 42 m).

## **9 - Conseguimento del brevetto**

- Il conseguimento del brevetto è subordinato al superamento dei moduli di T, BD e AL.



### **9.1 - Teoria**

- La parte di T si ritiene superata quando l'Allievo dimostra di aver acquisito sufficiente conoscenza dei contenuti minimi.
- La valutazione, a discrezione dell'Istruttore, può avvenire mediante verifica scritta con quiz a risposta multipla (consigliato); l'Allievo deve rispondere correttamente all'80% delle domande e, in ogni caso, ricevere spiegazione sulle eventuali domande non corrette.

### **9.2 - Bacino Delimitato**

- La parte di BD si ritiene superata quando l'Allievo ha eseguito tutti gli esercizi, mostrando di avere acquisito in modo sufficiente le relative tecniche componenti.
- L'Allievo deve ricevere spiegazioni sugli errori commessi e dimostrare di averne compreso le motivazioni. L'Istruttore deve rendersi ragionevolmente disponibile nei confronti degli Allievi per il recupero degli esercizi mancanti.

### **9.3 - Acque Libere**

- La parte di AL si ritiene superata quando l'Allievo ha effettuato tutte le immersioni ed esercizi, dimostrando di aver acquisito in modo adeguato le relative tecniche componenti.
- L'Allievo deve ricevere spiegazioni sugli errori commessi e dimostrare di averne compreso le motivazioni. L'Istruttore deve rendersi ragionevolmente disponibile nei confronti degli Allievi per il recupero degli esercizi e delle immersioni mancanti.

## **10 - Norme specifiche del corso**

- Salvo diversa indicazione valgono le norme generali previste nei corsi base.
- Si raccomanda il rispetto della curva di sicurezza, anche nelle immersioni alla massima profondità ed il rispetto del protocollo di risalita.
- La sosta profonda deve essere effettuata nelle immersioni quadre a metà della profondità massima (se maggiore di 18 m) per un tempo di 2 (consigliato) o 3 minuti. I minuti trascorsi alla sosta profonda devono essere considerati come trascorsi sul fondo ai fini della programmazione dell'immersione.
- Effettuare da barca almeno 2 delle 4 immersioni previste.



## **PARTE II: PROGRAMMA DETTAGLIATO DEL CORSO**

Il programma proposto costituisce una linea guida di base e il riferimento per i contenuti minimi da svolgere.

### **11 - Teoria**

Gli argomenti di teoria possono essere svolti secondo il programma che l'Istruttore ritiene più opportuno, suddividendo le lezioni in base ai tempi e alla logistica disponibili e al numero di Allievi partecipanti al corso.

#### **T0 - Presentazione del corso**

- Abilitazione e obiettivi del corso.
- Requisiti di accesso al corso.
- Calendario ed orario delle lezioni e delle uscite in Acque Libere.
- Logistica per Teoria, Bacino Delimitato ed Acque Libere.
- Distribuzione e descrizione supporti didattici.

#### **T1 - Immersione profonda 1**

- Motivazioni e approccio all'immersione profonda.
- Problematiche,
  - dispersione del calore,
  - affanno,
  - narcosi d'azoto,
  - assorbimento e rilascio di azoto.

#### **T2 - Immersione profonda 2**

- Pianificazione.
- Sicurezza e Procedure.
- Attrezzature.
- Tecnica d'immersione.
- Immersione nel Blu.

#### **T3 - Immersione in corrente**

- Idrodinamismo: correnti, maree e onde.
- Motivazioni dell'immersione in corrente.
- Tipologie d'immersione in corrente.
- Pianificazione, logistica, attrezzatura.
- Problematiche.
- Sicurezza/procedure.

### **12 - Bacino Delimitato**

#### **BD1 - Apnea statica in superficie (90 s)**

##### Attrezzatura prevista

Esercizio a corpo libero.

##### Descrizione

- Alla CHIAMATA gli Allievi entrano in acqua.



- Al VIA l'Allievo che effettua per primo l'esercizio inizia la preparazione, curando la respirazione e il rilassamento. Quindi inizia l'apnea in galleggiamento.
- Il Compagno provvede affinché il corpo dell'Allievo non si allontani dal punto di partenza.
- Durante la prova, il Compagno tocca l'Apneista a intervalli di tempo precedentemente concordati con l'Istruttore, controllando di ricevere in risposta il cenno di conferma stabilito (tipicamente, il movimento di un dito).
- Allo scadere dei 90 s, su avviso del Compagno, l'Allievo interrompe l'Apnea.
- Effettua alcuni atti respiratori di recupero e conferma con il segno di OK la sua condizione al Compagno e/o all'Istruttore.

#### Tecniche componenti

- corrette risposte durante l'apnea,
- rispetto del tempo richiesto,
- tranquillità a fine apnea.

### **BD2 - Nuoto in immersione con attrezzatura (40 metri)**

#### Attrezzatura prevista

Esercizio a con attrezzatura di base.

#### Descrizione

- Alla CHIAMATA gli Allievi, indossata l'attrezzatura, entrano in acqua nella zona bassa.
- Al VIA l'Allievo che effettua per primo l'esercizio inizia la preparazione all'esercizio, curando la respirazione e il rilassamento.
- Quindi si immerge ed effettua un percorso in immersione di 40 m, a quota costante, con pinneggiate ampia, lenta e simmetrica, seguito in superficie dal Compagno.
- Al termine l'Allievo emerge, effettua alcuni atti respiratori e conferma con il segno di OK la sua condizione al Compagno e all'Istruttore.

#### Tecniche componenti

- corretta spinta dal bordo,
- pinneggiamento costante, ampio, lento e simmetrico,
- rispetto della distanza richiesta,
- tranquillità nell'emersione.

### **BD3 - Nuoto in superficie con attrezzatura (1000 m in 30 min)**

#### Attrezzatura prevista

Esercizio con attrezzatura di base.

#### Descrizione

- Gli allievi effettuano un percorso in superficie di 1000 m nuotando a stile libero con attrezzatura e senza interruzioni.
- L'esercizio deve essere effettuato in un tempo massimo di 30 minuti.

#### Tecniche componenti

- corretto stile di nuoto,
- ritmo costante, senza interruzioni,
- rispetto del tempo massimo previsto.

### **BD4 - Assetto, postura, pinneggiate**

#### Attrezzatura prevista

Esercizio con attrezzatura ARA (consigliato l'uso della muta).

#### Descrizione

- Gli Allievi si esercitano nelle abilità di base: assetto corretto, postura orizzontale e punto fisso.

- L'obiettivo è mantenere in modo spontaneo una posizione orizzontale e una quota costante, con l'eccezione delle piccole variazioni legate al respiro, limitando al minimo l'uso delle mani e delle pinne.
- Un assetto corretto richiede ovviamente una corretta quantitativa di zavorra, mentre una corretta posizione orizzontale richiede una zavorra ben distribuita attorno al baricentro del subacqueo.
- Per limitare le variazioni di quota la posizione migliore è quella cosiddetta alla paracadutista (corpo orizzontale, busto leggermente arcuato, braccia aperte, pinne orizzontali, sguardo avanti), che risulta particolarmente stabile, in quanto rende massima la resistenza del subacqueo agli spostamenti verticali.
- Gli Allievi provano l'uso delle leve del corpo per verificare la loro influenza sulla postura:
  - estendere le braccia e/o avvicinare le gambe al corpo permette di inclinarsi in avanti, viceversa, avvicinare le braccia e/o estendere le gambe permette di inclinarsi indietro,
  - Difetti di postura non correggibili con l'uso delle leve richiedono una diversa distribuzione della zavorra o un aggiustamento della posizione relativa GAV – bombola,
  - l'Istruttore indica a ciascun Allievo le eventuali modifiche da apportare per migliorare la postura.
- Gli Allievi si esercitano nelle tecniche di pinneggiata classica, rana, calcio all'acqua. L'obiettivo è sviluppare tecniche efficaci di propulsione, idonee per i diversi ambienti e situazioni comuni in immersione.
  - Gli Allievi effettuano almeno 100 m con pinneggiata classica a stile, in un tempo totale inferiore a 2 minuti. L'efficacia massima della pinneggiata a stile si ha, ovviamente, quando il subacqueo è orizzontale ed il movimento delle gambe è articolato al bacino anziché al ginocchio.
  - Gli Allievi effettuano almeno 100 m con pinneggiata a rana, con le pinne alte e dirigendo la spinta parallela al fondo.
  - Gli Allievi effettuano almeno 50 m con pinneggiata calcio all'acqua. Anche in questo caso la componente di spinta è diretta indietro, parallelamente al fondo.

#### Tecniche componenti

- corretto mantenimento dell'assetto neutro,
- corretto mantenimento della posizione orizzontale,
- rispetto del punto fisso,
- corretta esecuzione di almeno due tecniche di pinneggiata.

### **BD5 - Vestizione sul fondo e percorso in immersione**

#### Attrezzatura prevista

Esercizio con attrezzatura ARA.

#### Descrizione

- L'Allievo che esegue l'esercizio entra in acqua dal bordo, senza tuffo; il Compagno, che durante l'esercizio funge da assistente, gli consegna l'attrezzatura dopo averla controllata: gruppo ARA con rubinetto chiuso, GAV in ventosa e frusta staccata, almeno 3 chilogrammi aggiuntivi agganciati al gruppo ARA (tasche del GAV), quindi maschera, pinne e zavorra standard.
- L'Allievo posiziona l'attrezzatura sul fondo nel modo che riterrà più opportuno (si può discutere con l'Istruttore ed il Compagno la propria scelta).
- Al MENO 10 stacco dal bordo.
- Al VIA capovolta in raccolta e raggiungimento del fondo; appoggiare temporaneamente la zavorra sulla schiena, quindi prendere contatto con l'autorespiratore (apertura del rubinetto ed inizio della respirazione).
- Chiusura della cintura di zavorra quindi, in successione, vestizione dell'autorespiratore, della maschera e delle pinne.
- Assunzione della posizione verticale, in piedi sul fondo, e successivo collegamento della frusta al GAV.
- Mantenendo la posizione verticale ci si porta alla quota scelta usando la sola opposizione delle mani e, avendo cura di non emergere, si esegue un percorso andata-ritorno di almeno 30 m, con GAV in ventosa (assetto negativo), pinneggiando a braccia distese e con mani in opposizione.
- Scambio del segnale di OK con il Compagno che segue in superficie.
- Gonfiaggio del GAV sino ad assumere un assetto chiaramente positivo quindi eseguire un nuovo percorso



come il precedente, pinneggiando opportunamente per mantenere la quota.

- Nuovo scambio di OK.
- Ultimo cambio di assetto, questa volta neutro, quindi terzo ed ultimo percorso.
- Durante i tre percorsi nessuna parte del corpo o delle attrezzature deve emergere o toccare il fondo.
- Riemersione, scambio del segnale di OK con il Compagno e inversione dei ruoli.
- Al termine dell'esercizio gli Allievi si sostengono staccati dal bordo in attesa dello STOP dell'Istruttore.

#### Tecniche componenti

- corretta vestizione,
- nessuna esitazione nel controllo dell'assetto nelle tre diverse situazioni,
- mantenimento della quota,
- corretto pinneggiamento nei percorsi.

### **BD6 - Respirazione con ARA e percorsi in apnea alternati**

#### Attrezzatura prevista

Esercizio con attrezzatura di base e attrezzatura ARA.

#### Descrizione

- L'esercizio viene eseguito dai due Allievi contemporaneamente i quali, a comando dell'Istruttore, posizionano in acqua, ad una profondità di non più di 3 m, vicini l'uno all'altro, due gruppi ARA con GAV montati ed in ventosa e rubinetti chiusi.
- Gli Allievi entrano in acqua per reciproca intesa con l'attrezzatura di base indossata (zavorra libera concordata con l'Istruttore).
- Al VIA dell'Istruttore affondano con spinta dal bordo, raggiungono ciascuno il proprio gruppo ARA, aprono i rubinetti e prendono contatto.
- Al segnale acustico dell'Istruttore chiusura del rubinetto e percorso di circa 20 m (andata e ritorno con virata o cambio di direzione sul fondo) pinneggiando affiancati senza mai discostarsi.
- Tornati ai gruppi ARA, nuova presa di contatto, quattro atti respiratori e di nuovo chiusura e percorso.
- Ripetere la sequenza più volte sino a quando l'Istruttore non decreterà la fine dell'esercizio con segnale acustico precedentemente concordato.
- Chiusura del rubinetto del gruppo ARA e risalita lenta e controllata espirando dalla bocca in modo visibile.
- Al termine dell'esercizio gli Allievi si sostengono staccati dal bordo in attesa dello STOP dell'Istruttore.

#### Tecniche componenti

- assoluto mantenimento del contatto con il Compagno e perfetto sincronismo tra i due Allievi,
- rapide e corrette prese di contatto con il gruppo ARA,
- pinneggiamento corretto nei percorsi,
- risalite lente e controllate,
- tecnica di coppia.

### **BD7 - Esercizi in condizione di affanno**

#### Attrezzatura prevista

Attrezzatura ARA completa.

#### Descrizione

- Gli Allievi si immergono e, a turno, sotto la supervisione del Compagno o dell'Istruttore (o dell'AIST) effettuano alcuni esercizi per simulare la condizione di affanno che può insorgere in caso di pinneggiamento controcorrente.
- L'Allievo raggiunto l'assetto neutro sul fondo afferra una zavorra supplementare di 4 kg e, senza toccare ulteriormente il GAV, effettua un percorso di 75 m controllando la respirazione per gestire l'affanno.
- Al termine recupera il corretto ritmo respiratorio, mantenendo assetto neutro e posizione orizzontale.
- Quindi effettua i seguenti percorsi in assetto e in posizione orizzontale, senza interruzioni:
  - percorso di 25 m in meno di 25 s e, al termine, cambio dell'erogatore principale con l'erogatore secondario e viceversa,



- percorso di 25 m in meno di 25 s e, al termine, cambio della maschera principale con quella di riserva.
- Al termine, se possibile nella zona fonda della piscina, effettua il lancio del pallone di segnalazione sparabile, in assetto e posizione orizzontale.

#### Tecniche componenti

- corrette entrate in acqua, rispettando i tempi e l'organizzazione,
- corretta esecuzione dei percorsi in difficoltà,
- corretto lancio del pallone di segnalazione sparabile.

## **13 - Acque Libere**

### Attrezzatura prevista

Attrezzatura ARA completa. Consigliato l'utilizzo da parte di ogni Allievo di almeno una fonte di illuminazione per eventuali segnalazioni.

### **AL1 - Esercizi in acqua bassa (15 m)**

#### Descrizione

- L'Istruttore effettua il briefing con gli Allievi.
- Sul fondo gli Allievi, secondo le indicazioni dell'Istruttore, effettuano l'allestimento di un campo idoneo all'esecuzione degli esercizi (es.: sagola bianca non galleggiante lunga 15 m stesa sul fondo ben tesa e a quota costante; boa con bandiera segnasub ad uno dei capi della sagola).
- Sul fondo gli Allievi eseguono una serie di esercizi, mirati a valutare le capacità operative in condizioni di affaticamento e/o difficoltà:
  - percorso senza maschera e cambio maschera (15 m),
  - percorso senza maschera (15 m) con respirazione dall'erogatore del compagno,
  - percorso (30 m) con zavorra supplementare (4 kg) in assetto negativo.
- Si raccomanda la continua e attenta assistenza da parte del Compagno durante l'esecuzione degli esercizi.
- Al termine, uno degli Allievi dichiara l'esaurimento di gas e il Compagno gli dona l'erogatore di emergenza. Quindi gli Allievi, in condivisione di gas, effettuano la risalita in coppia, rispettando il protocollo standard.
- Al termine, smontaggio attrezzatura, debriefing e convalida sul libretto d'immersione.

#### Tecniche componenti

- corretta organizzazione in barca,
- corrette entrate ed uscite dall'acqua,
- corretta esecuzione degli esercizi,
- corretta gestione della risalita in condivisione di gas,
- corretta risalita.

### **AL2 - Immersione con barca di appoggio (profondità massima 36 m)**

Immersione da barca con percorso di sola andata (simulazione *Drift Dive*) e calcolo del tasso di consumo individuale sul fondo.

#### Descrizione

- L'Istruttore effettua il briefing con gli Allievi.
- In barca gli Allievi verificano l'eventuale presenza e intensità della corrente e calano (o fanno calare) una cima con galleggiante da prua a poppa, per agevolare il sostentamento in superficie e per portarsi alla cima dell'ancora. Effettuati tutti i controlli a bordo, il gruppo effettua l'entrata in rapida successione e si ritrova nel punto prestabilito (cima dell'ancora).
- La discesa avviene nel blu (su un fondale non superiore a 20 m), in contemporanea e senza indugi. Gli Allievi in discesa effettuano opportuni controlli per mantenere il gruppo compatto: il controllo della compensazione (entro 10 m) e, sul fondo, un controllo generale prima di iniziare l'immersione.
- Sul fondo gli Allievi effettuano un percorso per il calcolo del tasso di consumo individuale. All'inizio del percorso annotano tempo, profondità ed atmosfere iniziali, Quindi eseguono un percorso a profondità

costante di almeno 5 minuti con pinne giustate normale e annotano tempo ed atmosfere finali.

- Al termine, sotto la supervisione dell'Istruttore, gli Allievi effettuano la risalita in libera rispettando il protocollo standard, da un fondale non superiore a 20 m.
- Durante la sosta di sicurezza un Allievo effettua il lancio del pallone di segnalazione sparabile per indicare la posizione del gruppo alla barca appoggio.
- Al termine, smontaggio attrezzatura, debriefing e convalida sul libretto d'immersione.
- Ogni Allievo effettua il calcolo del tasso di consumo individuale.

#### Tecniche componenti

- corretta organizzazione in barca,
- corrette entrate ed uscite dall'acqua,
- corretta risalita,
- corretto lancio del pallone sparabile,
- corretto calcolo del tasso di consumo individuale in superficie.

### **AL3 - Immersione alla quota massima (42 m)**

Immersione da terra o (consigliato) da barca.

#### Descrizione

- L'Istruttore gestisce le varie fasi dell'immersione (programmazione, briefing, controlli, discesa, fondo, risalita, ecc.), delegando alcune di esse agli Allievi.
- Gli Allievi in discesa effettuano opportuni controlli per mantenere il gruppo compatto e monitorare la condizione narcotica dei subacquei: il controllo della compensazione (entro 10 m), il controllo in fase di avvicinamento al fondo (*level check*) a quota potenzialmente narcotica (30-35 m) e, sul fondo, un controllo generale prima di iniziare l'immersione.
- Sul fondo, alla quota massima, gli Allievi effettuano alcuni test di lucidità stabiliti dall'Istruttore ed effettuati precedentemente (in secco o a quote non narcotiche).
- Sul fondo il gruppo effettua un percorso esplorativo (profondità massima 42 m), finalizzato all'osservazione e al riconoscimento degli organismi marini, rispettando i tempi stabiliti programmati.
- L'Istruttore, a sua discrezione, può far ripetere agli Allievi alcuni degli esercizi dell'AL1 e il lancio del pallone di segnalazione sparabile alla sosta di sicurezza.
- Gli Allievi effettuano la risalita con modalità adeguate alle circostanze, rispettando il protocollo standard.
- Al termine, smontaggio attrezzatura, debriefing e convalida sul libretto d'immersione.

#### Tecniche componenti

- corretta esecuzione di tutte le fasi dell'immersione,
- corretta esecuzione dei test di lucidità,
- rispetto della profondità e del tempo programmati,
- corretta risalita.

### **AL4 - Immersioni alla quota massima (42 m)**

Immersione da terra o (consigliato) da barca.

#### Descrizione

- Gli Allievi, sotto la supervisione dell'Istruttore, gestiscono le varie fasi dell'immersione (programmazione, briefing, controlli, discesa, fondo, risalita, ecc.), con le modalità viste.
- Sul fondo il gruppo effettua un percorso esplorativo (profondità massima 42 m), finalizzato all'osservazione e al riconoscimento degli organismi marini, rispettando i tempi stabiliti programmati.
- L'Istruttore, a sua discrezione, può far ripetere agli Allievi alcuni degli esercizi dell'AL1, i test di lucidità sul fondo e il lancio del pallone di segnalazione sparabile alla sosta di sicurezza.
- Al termine, smontaggio attrezzatura, debriefing e convalida sul libretto d'immersione.

#### Tecniche componenti

- corretta esecuzione di tutte le fasi dell'immersione,
- rispetto della profondità e del tempo programmati,



- corretta risalita.

**NOTA:** Oltre all'AL2 almeno un'altra immersione deve essere svolta da barca. Durante tali immersioni gli Allievi devono effettuare la preparazione di tutta l'attrezzatura necessaria alla sicurezza in caso d'immersione in corrente e simulare le entrate adeguate, coordinando l'ingresso di tutto il gruppo in acqua e il ritrovo nel punto stabilito.



## 14 - Dichiarazione di fine corso

Si consiglia l'Istruttore di far firmare all'Allievo una dichiarazione di fine corso (come quella di seguito riportata) e conservarne una copia per i 5 anni successivi alla brevettazione.

Il sottoscritto \_\_\_\_\_

nato a \_\_\_\_\_ il \_\_\_\_\_

DICHIARA CHE

il Corso di Specializzazione Immersione Profonda (PPr) n° \_\_\_\_\_

a cui ha partecipato è stato svolto nella sua intera completezza come da regolamento e dichiara altresì di aver ricevuto e compreso tutte le nozioni teorico-pratiche per le immersioni come da abilitazione.

In fede

\_\_\_\_\_  
Firma dell'Allievo

\_\_\_\_\_  
data

\_\_\_\_\_  
Firma del genitore in caso di minore

\_\_\_\_\_  
data

**15 - Modifiche al documento**

Versione aggiornata	Versione sostituita	Pag.	Elemento	Modifiche
160513	150119	1 e seg.	-	<i>Logo FIPSA S e CONI aggiornati</i>
		14	Par. 15	<i>Introdotta tabella "Modifiche al documento"</i>
180416	160513	2	Griglie	<i>Lievi modifiche formali</i>