

## **SUBACQUEO UNA STELLA**



### **a. DEFINIZIONE**

Un subacqueo che è competente nell'uso sicuro e corretto di tutte le attrezzature subacquee, il quale ha frequentato il corso in acque delimitate ed è pronto per immersioni in acque libere in compagnia di subacquei esperti.

### **b. REQUISITI DI INGRESSO**

Deve aver compiuto almeno 14 anni

### **c. CONTENUTO DEL CORSO CONOSCENZE**

Deve avere le conoscenze basilari di:

Relazione tra pressione / volume ed i loro effetti sul subacqueo e le sue attrezzature.

Cosa è necessario al corpo per sostenere le funzioni vitali e le complicazioni causate dall'essere immerso.

Lo scopo, la funzione e caratteristiche delle attrezzature subacquee che vengono utilizzate nel corso ed il loro corretto uso.

Le regole da rispettare per effettuare immersioni in sicurezza, aiuto a se stessi e le procedure elementari di soccorso.

Le tecniche per le immersioni senza tappa di decompressione.

### **CAPACITA'**

Essere competente nella preparazione, cura ed uso delle attrezzature per l'immersione, regolazione della galleggiabilità, manutenzione delle attrezzature per la respirazione onde evitare l'allagamento.

Essere capace di controllare i movimenti verso tutte le direzioni, nuotare utilizzando le pinne efficientemente e economicamente, essere capace di entrare ed uscire dall'acqua in modo sicuro.

Essere capace di adottare tecniche di auto-salvamento e le tecniche basilari di sicurezza nella immersione con il compagno

Essere capace di comportarsi come un membro di un gruppo di subacquei accompagnati e dimostrare la disciplina richiesta.

## SUBACQUEO DUE STELLE



### a. DEFINIZIONE

Un subacqueo che ha già esperienza in immersioni in acque libere e può effettuare immersioni con compagni almeno di pari grado o superiore. Un subacqueo con certificazione 2 stelle CMAS può immergersi con un subacqueo una stella in acque poco profonde .

### b. REQUISITI DI INGRESSO

1. Deve aver compiuto almeno 15 anni
2. Essere certificato 1 stella CMAS o equivalente
3. Nessun numero determinato è necessario per iniziare il corso
4. Dovrà avere un minimo di 20 immersioni in acque libere al momento della certificazione, di cui almeno 10 devono essere state svolte a profondità tra 10 e 30 metri le immersioni dovranno avere un tempo minimo di 20 minuti e sono previste massimo 2 immersioni al giorno.
- 5.

### c. CONTENUTO DEL CORSO CONOSCENZE

Deve avere le conoscenze basilari di:

Fisica e fisiologia dell'immersione, le cause ed effetti delle malattie e disturbi legati all'immersione Tecniche basilari di primo soccorso, rianimazione.

I problemi associati con l'immersione a grandi profondità, calcoli dell'aria necessaria, uso corretto delle tabelle di decompressione

La selezione del posto per l'immersione ed i principi di pianificazione dell'immersione

### CAPACITA'

Essere competente nell'uso della maschera, pinne e snorkel

Essere capace di nuotare in superficie con tutto l'equipaggiamento da immersione ma utilizzando lo snorkel Essere pienamente familiare con l'uso delle attrezzature da immersione a media profondità

Essere competente nelle tecniche di auto-salvamento e di salvamento del compagno nelle profondità da -10 a -30 mt

Essere familiare con l'uso della regolazione delle attrezzature per il galleggiamento

Essere competente nell'uso delle tabelle di decompressione per una immersione singola e per le ripetitive Essere competente nella pratica della navigazione subacquea.

## SUBACQUEO TRE STELLE



### a. DEFINIZIONE

Un subacqueo pienamente addestrato, con esperienza e responsabile, considerato competente nel condurre altri subacquei di qualsiasi grado in acque libere.

### b. REQUISITI DI INGRESSO

1. Deve aver compiuto almeno 16 anni
2. Deve avere un brevetto 2 stelle CMAS o equivalente
3. Nessun numero determinato è necessario per iniziare il corso
4. Dovrà avere un minimo di 50 immersioni in acque libere al momento della certificazione, di cui almeno 20 devono essere state svolte a profondità di 30 metri

### c. CONTENUTO DEL CORSO CONOSCENZE

Deve avere una comprensione esaustiva di:

Fisica e fisiologia dell'immersione, le cause ed effetti delle malattie e disturbi legati all'immersione ed il loro trattamento.

Primo soccorso ad un subacqueo, tecniche di rianimazione.

I problemi associati alle immersioni al di sotto dei 30 metri, calcoli del consumo d'aria, uso corretto delle tabelle di decompressione.

La selezione del posto per l'immersione ed i principi di pianificazione dell'immersione, selezione e valutazione dei subacquei.

I principi e gli esercizi di navigazione subacquea.

I principi basilari dell'arte marinaresca e conduzione di piccole barche.

Pericoli dovuti alla flora e fauna marina o risultanti da condizioni locali. o meteorologiche

Le responsabilità legali di un subacqueo.

### CAPACITA'

Essere pienamente competente e familiare con l'uso delle attrezzature da immersione a tutte le profondità

Essere competente nell'organizzazione di attività subacquee per gruppi di persone, sia dalla riva che dalle barche Essere competente nelle tecniche di auto-salvamento e di salvamento del compagno nelle profondità da -10 a -30 mt e alla cura e trattamento di una vittima di incidente.