

## CORSO REC 1 Livello Diver - 18 Mt

**Dir Equipment only**



### Scopo

Il brevetto REC 1 certifica che il sommozzatore possiede tutte le conoscenze teoriche e pratiche elementari tali da permettergli l'uso corretto del materiale standard da immersione; Il REC 1 Diver è in grado di effettuare delle immersioni in tutta sicurezza in acque libere, fino a una profondità di -18 mt, in curva di sicurezza. Il corso deve far scoprire il gusto delle immersioni e permettere al sommozzatore di familiarizzare con l'ambiente subacqueo. Il brevetto REC 1 è il primo grado della formazione UTRtek per l'immersione con A.R.A. Questa certificazione permette l'ammissione a diversi corsi speciali UTRtek.

### Requisiti di Accesso al Corso

1. Certificato medico di idoneità alle attività subacquee rilasciato da un medico sportivo o iperbarico.
2. Età minima: 14 anni (se minorenni lo studente deve presentare autorizzazione scritta da parte del genitore e/o tutore con previo accertamento personale da parte dell'istruttore della autenticità della dichiarazione).
3. Due fotografie formato tessera.
4. Soddisfacente abilità nel nuoto a corpo libero.

### Standard: Programma e Durata del Corso

- Durata delle Lezioni di Teoria: 14 ore.
- Moduli o Lezioni di Teoria in aula: 7.
- Esami scritti di Teoria: costituiti dalle "Esercitazioni in Aula" al termine di ogni lezione di teoria. Percentuale massima di errori consentiti agli Esami di Teoria: 20%.

*Superamento della percentuale massima di errori consentiti durante le "Esercitazioni in Aula": Corso terminato.*

### Immersioni in Acque Libere:

4 stage pratici - ogni stage è composto da più immersioni

Tempo di permanenza massimo per ogni immersione: entro i Limiti di Non Decompressione.

Tempo totale di immersione da totalizzare: 240 minuti.

Le immersioni debbono essere precedute dalle relative lezioni di teoria.

Il tempo massimo per il completamento del Corso è sei mesi dalla data della prima lezione di teoria.

Trascorso tale termine il Corso è terminato e deve essere ripetuto interamente.

Valutazione del Profilo Psico/Attitudinale dello studente: vincolante per il rilascio del brevetto.

**Standard:** Esecuzione delle Immersioni in Acque Libere

Profondità massima: 18 metri.

### Teoria inserita nelle lezioni teoriche:

Nozioni di FISICA / FISILOGIA / ANATOMIA.

Indice di base:

Spiegazione della pressione atmosferica e idrostatica a cui è sottoposto il sommozzatore. Anatomia dell'orecchio e spiegazione della compensazione delle pressioni a livello delle orecchie, dei seni e della maschera. Spiegazione delle leggi fisiche che regolano l'equilibratura del sommozzatore, leggi di Boyle-Mariotte e Archimede. Spiegazione sul funzionamento dell'apparato respiratorio. Spiegazione sul funzionamento dell'apparato circolatorio. Spiegazione del fenomeno degli scambi gassosi e della saturazione di azoto nell'organismo.

Nozioni sugli incidenti da immersione. Spiegazione del rischio di sovrappressione polmonare e degli incidenti che possono capitare al sommozzatore, in particolare il barotrauma delle orecchie, dei seni e della maschera.

TABELLE di DECOMPRESSIONE. Principi della tabella di immersione Bühlmann, calcolo di immersioni semplici e nozioni sulle immersioni successive in curva di sicurezza - Tabella immersioni ripetitive e calcolo del consumo d'aria. Accenni sulle diverse particolarità delle immersioni in un lago, in mare. Conoscenze elementari sulla fauna e la flora dei laghi e dei fiumi.

DECOMPRESSIONE MINIMA di BASE in N.D.L. - Nozioni complete sulla risalita mnemonica UTRtek.

### **Programma:**

Configurazione standard UTRtek dell'attrezzatura richiesta al corso REC 1.

Mono bombola da 10 litri o superiore: Octopus accettato, anche se è consigliato l'uso del Bibombola 7+7.

Esercizi sulla Posizione Idrodinamica: Assetto e postura; Pesata bilanciata.

Regole e procedure fondamentali di immersione.

Esercizi a secco e in acqua.

### **Fine Corso**

Alla fine del corso il sommozzatore REC 1 deve essere in grado di:

- Equipaggiarsi in modo corretto con l'attrezzatura da immersione di uso corrente
- Regolare il proprio assetto con l'ausilio del giubbotto equilibratore
- Effettuare uno scambio di erogatore con un compagno di immersione
- Togliere, rimettere e vuotare con facilità la maschera
- Emergenze: Donare aria e respirazione dall'erogatore di riserva
- Utilizzare gli strumenti di controllo per il tempo, la profondità e la direzione dell'immersione
- Effettuare risalite da 10 Metri in modo corretto
- Conoscere tutti i segnali standardizzati da UTRtek
- Organizzare, gestire e applicare le misure di sicurezza richieste da UTRtek sia in fase di pre-immersione che durante l'immersione stessa
- Tenere un comportamento rispettoso dell'ambiente e dei luoghi di immersione
- Effettuare almeno 100 metri di nuoto con equipaggiamento sub completo, in acque libere

### **Equipaggiamento Studente**

Affinché lo studente REC 1 livello Diver sia idoneo per l'esecuzione delle immersioni previste dal Corso, deve disporre del seguente equipaggiamento minimo:

- Maschera
- Bombola da 10 litri o superiore
- Muta ( accettata Umida, semi stagna o stagna ) con relativo cappuccio
- Cintura con piombi
- Calzari
- Guanti
- Pinne a scarpetta aperta
- 2 erogatori ( si octopus ) configurazione Hogartiana - frusta minimo 1,50
- Equilibratore idrostatico modulare
- Manometro subacqueo
- Profondimetro e Tempo - digitale
- Lampada subacquea a Canister separato
- Impugnatura lampada Goodman
- Coltello ventrale
- Bussola subacquea
- Wet Note con matita
- Pallone di segnalazione
- 2 Moschettoni inox a doppia luce

