

**- 2014 - 2024 -**

**CORSO DI APNEA di 1° Grado**

**Abilitazione ad immergersi ad una profondità massima di 8/9 metri**

**Requisiti per il corso**

Abilità natatoria di base, 16 anni di età compiuti,

Domanda di iscrizione e due foto tessera.

Per i minorenni è richiesto il consenso scritto dei genitori

Certificato medico sportivo agonistico attestante l' idoneità all'attività subacquea

**Durata del Corso**

Il corso comprende 7 sessioni di studio con nozioni teoriche e prove pratiche di acquaticità, nuoto pinnato, esercizi di respirazione, apnea statica e dinamica.

Durante il corso è prevista una uscita per lo sviluppo di prove in acque libere

Le lezioni si svolgono il Mercoledì dalle ore 20,45 alle 22,30 presso la piscina CIEF di Magenta

**Attrezzatura minima richiesta all'allievo/a**

Pinne, maschera, snorkel, muta da 5 mm. e cintura di pesi

**Quota corso:**

**€ 200,00 - Per i brevettati anno 2023 quota € 180,00**

Acconto 50% della quota - Saldo entro la penultima lezione del corso

**La quota del corso comprende**

Copertura assicurativa

Gli ingressi in vasca abbinati alla durata del corso + un ingresso in piscina profonda

Supporti didattici e schede verifica.

Attestato finale di partecipazione

Brevetto di apnea di 1° grado ( **previa prova in acque libere** )

**MAREA SUB A.s.d. --- Scuola e circolo subacqueo UISP n° LO 222 ---**

**Per informazioni Cell: 338 567 1843 -**

**Web: [www.mareasubmagenta.it](http://www.mareasubmagenta.it)**