



underwateracademy.eu



Lingua: 

Codice: IT20241003

Ultimo aggiornamento: Ottobre 2024



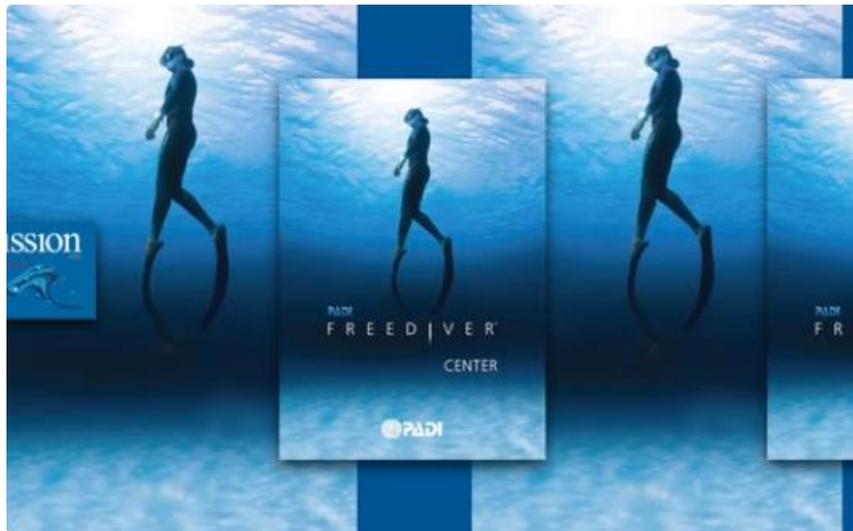
PADI®



Corsi di Apnea PADI

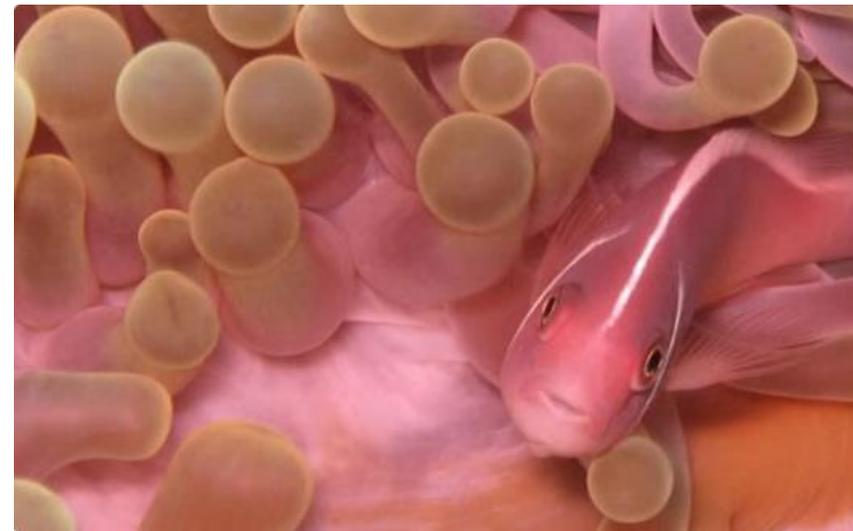
Underwater Academy offre corsi di apnea PADI per tutti i livelli, dal Basic Freediver all'Advanced Freediver. Come primo centro Freediver PADI autorizzato , proponiamo un percorso completo per scoprire il mondo dell'apnea in modo sicuro e divertente.

PADI freediver



Immersione in Apnea

Un apneista esplora le profondità marine in totale libertà.



Formazione in Piscina

Allenamento e tecniche di apnea in un ambiente controllato.



Esplorazione Marina

Scoperta della vita sottomarina durante un'immersione in apnea.

Introduzione all'Apnea

L'Apnea è una disciplina che vi porterà a liberare le risorse interiori, equilibrare il respiro, gestire la mente, riscoprire voi stessi. Un percorso adatto a tutti, che porta beneficio anche nella vita quotidiana, favorendo uno stato di rilassamento e benessere.

Se amate il mare e desiderate scendere un po' più in profondità, avvicinarsi alle forme di vita subacquee, i corsi PADI Freediver, vi preparano al magnifico mondo sommerso, facendovi divertire in modo sicuro.



I Nostri Corsi di Apnea

I NOSTRI CORSI DI APNEA, INIZIA ORA LA TUA AVVENTURA!



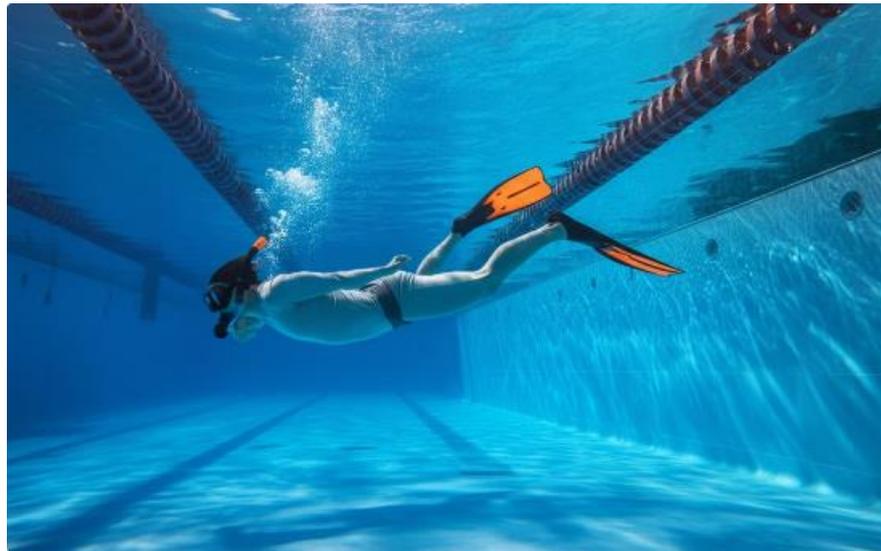
PADI Basic Freediver Course

Corso APNEA Base



Principi di Base

Il PADI Basic Freediver è il primo passo per imparare le basi dell'apnea. In questo corso imparerai le tecniche di base per trattenere il respiro e rimanere sott'acqua per un tempo più lungo.



Tecniche di Apnea

Il corso si concentra sulla pratica di queste tecniche in piscina o in un sito di acque confinate protette, imparando le tecniche di respirazione e di rilassamento necessarie per un'esperienza di apnea sicura ed efficace.



Obiettivi del Corso

Gli obiettivi del corso sono imparare a trattenere il respiro per 90 secondi in apnea statica e a percorrere 25 metri in apnea dinamica. Questo corso ti fornirà le competenze di base per esplorare il mondo sottomarino con sicurezza.

Attrezzatura per il Corso Basic Freediver



Requisiti per il Corso Basic Freediver



Età minima

Per iscriversi a un PADI Basic Freediver si deve avere 12 anni o più.



Capacità Natatorie

Avere adeguate capacità natatorie.



Certificato Medico

Essere in buona salute fisica, certificato medico di idoneità sportiva

Non è richiesta alcuna esperienza precedente con lo snorkeling, immersioni subacquee o in apnea.

PADI Freediver Course

Corso APNEA I° Grado

L'apnea riguarda la forza interiore, la disciplina e il controllo. Se hai sempre voluto entrare silenziosamente nel mondo sommerso, secondo i tuoi ritmi, e rimanerci fino a che il tuo respiro te lo permette, allora l'apnea è quello che fa per te. Iscriverti al corso PADI Freediver è il tuo primo passo verso la scoperta del perché l'apnea sta diventando un modo popolare per esplorare il mondo sommerso.



Requisiti per il Corso PADI Freediver



Età minima

Per iscriverti a un corso PADI Freediver, devi avere almeno 15 anni.



Abilità di Nuoto

Devi possedere adeguate abilità di nuoto ed essere in buone condizioni di salute.



Esperienza Precedente

Non è richiesta alcuna precedente esperienza di snorkeling, skin diving o apnea.

Struttura del Corso PADI Freediver

Il corso PADI Freediver consiste di tre fasi principali:

Sviluppo Teorico

Sviluppo teorico dei principi dell'apnea attraverso lo studio autonomo con il programma elearning PADI Freediver, oppure con un nostro istruttore che condurrà sessioni in classe).

Sessioni in Acqua Libera

Sessioni in acqua libera per far pratica di immersione libera e in assetto costante, oltre che delle appropriate procedure di coppia, l'obiettivo è di effettuare un'immersione di apnea in assetto costante a 10 metri.

1

2

3

Sessione in Acqua Confinata

Una sessione in acqua confinata – per imparare le tecniche per trattenere il respiro, così come l'apnea statica e quella dinamica. L'obiettivo è di eseguire un'apnea statica per 90 secondi e una dinamica di 25 metri

PADI Freediver Advanced Course

Corso APNEA II° Grado

In apnea, raggiungere un nuovo limite di tempo o una nuova profondità è una sensazione incredibile. Soddisfa ogni desiderio personale di dare il meglio di sé e di essere orgogliosi di ciò che si raggiunge. Il corso PADI Advanced Freediver è stato pensato per soddisfare il tuo personale bisogno di affinare e migliorare le abilità d'apnea, permettendoti di progredire lentamente mentre apprendi come si comporta il tuo corpo durante l'apnea.



Requisiti per il Corso PADI Advanced Freediver



Brevetto PADI Freediver

Per iscriverti al corso PADI Advanced Freediver devi avere almeno 15 anni ed avere un brevetto PADI Freediver (o essere in possesso di un brevetto equivalente di un'altra organizzazione didattica).



Corso Emergency First Response

Inoltre, dovrai aver completato un corso Emergency First Response Primary and Secondary Care (RCP e Primo Soccorso) nei 24 mesi precedenti. Potrai completare questo addestramento durante il corso Rescue Diver.

Struttura del Corso PADI Advanced Freediver

Il corso PADI Advanced Freediver consiste in tre fasi principali:

Sviluppo Teorico Avanzato

Sviluppo teorico su tecniche e attrezzatura di apnea avanzata. Studierai autonomamente con il PADI Freediver eLearning, oppure con un nostro istruttore che condurrà sessioni in classe).

Sessioni di Acqua Libera Avanzate

Sessioni di acqua libera per fare pratica di immersioni libere più profonde e in assetto costante, insieme ad altre procedure di coppia e tecniche di soccorso. L'obiettivo è quello di effettuare un'immersione di apnea in assetto costante a 20 metri di profondità (15 metri per apneisti di età inferiore ai 18 anni)

1

2

3

Sessione in Acqua Confinata Avanzata

Una sessione in acqua confinata per imparare le tecniche di allungamento e rilassamento, così come affinare l'apnea statica e quella dinamica. L'obiettivo è di effettuare un'apnea statica di 2 minuti e 30 secondi (2 minuti per apneisti di età inferiore ai 18 anni) e un'apnea dinamica di 50 metri (40 metri per apneisti di età inferiore ai 18 anni).

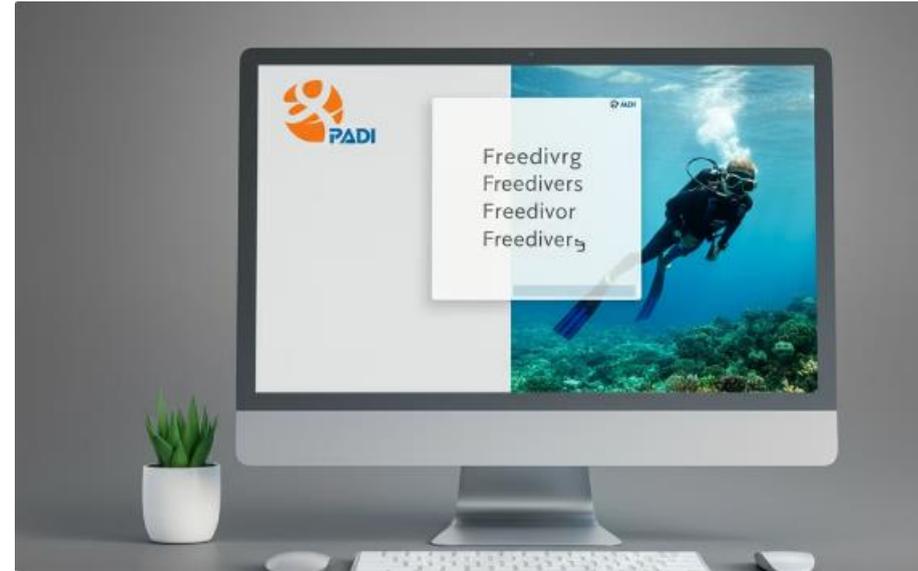
PADI freediving

Vuoi iniziare questa avventura oggi?



Corso PADI Freediver Online

Ottieni direttamente il tuo prodotto eLearning sui tuoi devices!



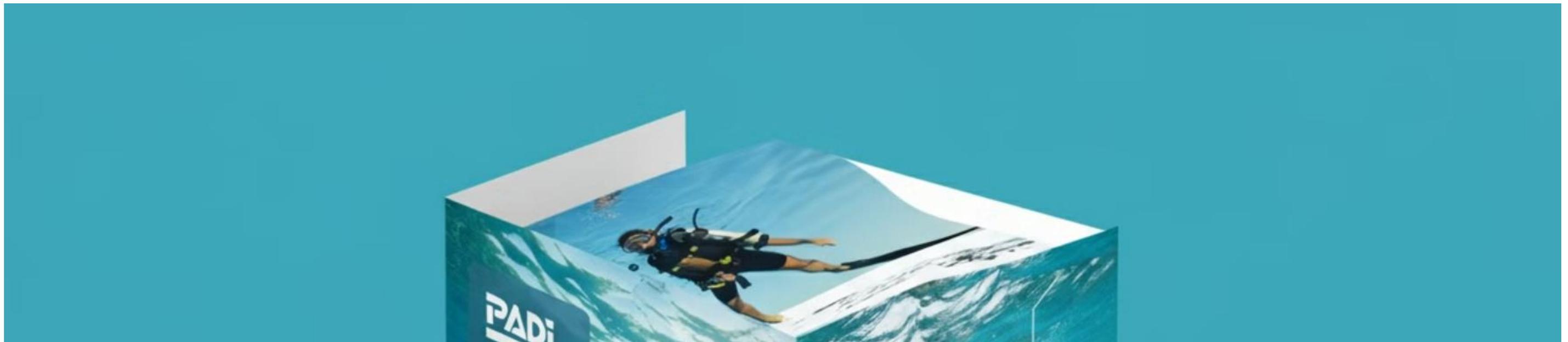
E-Learning Interattivo

Con il corso PADI Freediver online, userai uno strumento di studio interattivo che ti fornirà le informazioni di base sull'apnea e permetterà di studiare al tuo ritmo.



Richiedi Informazioni

Contattaci per maggiori informazioni sui corsi e iscriviti!





underwateracademy.eu



Lingua: 

Codice: IT20241003

Ultimo aggiornamento: Ottobre 2024

