



NOVEMBRE 2008

NOTIZIARIO NON PERIODICO

ATTIVITA' DIDATTICA CORSI 2008/2009

SOMMARIO:

Attività didattica I
corsi 2008/2009

Mi illumino d'im-
menso 2

Weekend al
Giglio 3

La traversata
dello stretto di
Messina 4

Chef Riccio 5

Lo scorso 18 settembre presso la sala Coni del palazzo delle Federazioni è stata presentata la nuova stagione del Club Sommozzatori Rovigo, con particolare riguardo alle attività ed ai corsi 2008/2009 per la formazione di nuovi subacquei ed apneisti.

I partecipanti alla serata, accorsi numerosi ed interessati, sono stati deliziati dalla particolare abilità oratoria di Fabio e Giampietro, istruttori A.R.A. e Apnea che hanno illustrato dettagliatamente e con trasparenza i vari percorsi formativi e organizzativi per la nuova stagione didattica del Club.

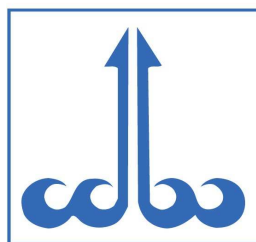
Il Presidente del Club Sommozzatori Rovigo, Bellinato Tazio, soddisfatto per il riscontro ottenuto durante la serata, ha inoltre comunicato gli impegni di prossima scadenza del Club tra i quali l'imminente trasferimento dalla piscina Baldetti al nuovo centro natatorio.

A tale proposito non essendo ancora in possesso di una data certa per il

trasferimento delle attività presso il nuovo polo natatorio si provvederà con aggiornamenti continui nel corso dei prossimi mesi sia a mezzo stampa sia con comunicati in bacheca sia con invio di messaggia telefonica.

Nel corso della presentazione delle molteplici attività veniva inoltre menzionato l'orario riservato e destinato, a tutti i soci in regola con l'iscrizione per la stagione 2008/2009, al mantenimento libero dalle ore 21.00 alle 22.00, o con attrezzatura seguendo una tabella di lavoro dalle ore 22.00 alle 23.00,

CONI FIPSAS CMAS



CLUB SOMMOZZATORI ROVIGO

Al momento della pubblicazione del presente notiziario, sono nel frattempo iniziati i corsi che prevedono in questa prima fase un corso di I° grado A.R.A. ed un corso di I° grado Apnea

che termineranno verso la metà di Dicembre, durante il mese di Novembre è inoltre previsto un corso di specializzazione di muta stagna, e dopo la pausa delle feste Natalizie, l'attività riprenderà con i corsi di I° II° III° grado A.R.A. e Apnea.

Per quanto riguarda le specializzazioni, oltre a quelle previste ed obbligatorie per i corsi Ara, sono state prefissate anche monopinna, notturna, nitrox, e novità in esclusiva per il mese di Giugno un corso di minisub rivolto ai bambini in età compresa tra gli otto e quattordici anni.

A tale riguardo, per tutti coloro che fossero interessati, le adesioni o ulteriori informazioni possono essere effettuate e/o acquisite a mezzo mail info@subrovigo.it o rivolgendosi agli addetti del Club (Mario e Luca) presso la piscina il lunedì e giovedì.

Ringraziando tutti coloro che hanno presenziato alla serata, non resta altro da aggiungere se non ...tutti sott'acqua!!!!!!

CSR



Mi illumino d'immenso



“di notte è possibile osservare uno strano fenomeno, noto agli studiosi come bioluminescenza.”

Sono in molti a sostenere che le immersioni notturne siano tra le più belle, magari per la magia di scoprire un ambiente nuovo solo attraverso la luce di una torcia o perché proprio di notte il mare si anima della vita di quegli organismi che di giorno difficilmente scrutiamo perché rinchiusi nei loro piccoli anfratti; non voglio dare un giudizio a riguardo ma affermare che sicuramente di notte è possibile osservare uno strano fenomeno, noto agli studiosi come bioluminescenza. Con questo bizzarro, ma affascinante termine, s'intende la produzione di luce in maniera organica, ovvero attraverso il proprio corpo, trasformandosi, di conseguenza, in sorgente luminosa, come ad esempio

fanno le lucciole. Il tutto è possibile grazie ad un enzima, la luciferasi, che in presenza di un substrato proteico, la luciferina, emette radiazioni luminose in seguito ad una “variazione di energia”.

Se ci soffermiamo ad osservare gli esseri viventi nel loro insieme ci accorgiamo che questa capacità di “emettere luce” non è stata distribuita democraticamente a tutti, ma basta mettere la testa sott'acqua per osservare che l'ambiente marino è molto più ricco di organismi luminescenti rispetto all'ambiente terrestre, osservabili come di consuetudine la notte o negli abissi, dove la quantità di luce che penetra è molto poca o assente.



Un fenomeno simile alla bioluminescenza, ma da non confondere con esso perché nulla ha a che vedere con questo, ed osservabile anche nelle immersioni diurne è quello dell'iridescenza. Esso è dovuto all'incontro dei

raggi solari, che penetrano nell'acqua, con la superficie del derma di alcuni organismi, ad esempio i pesci vetro o i “pettini” di strani organismi, simili a meduse, chiamati Ctenofori.

Ma a cosa serve tutto questo? Gli scopi sono diversi ed ogni organismo luminescente ne ha scelto uno a seconda delle sue caratteristiche morfologiche ed ecologiche. C'è chi si serve della bioluminescenza per predare, chi la usa per difendersi o per comunicare. Le nostre lucciole terrestri, ad esempio, lo usano per comunicarsi l'amore, alcuni cefalopodi, invece, vivono in simbiosi con batteri luminescenti, per avere la possibilità di cacciare durante la notte confondendosi con la luce della luna agli occhi di un eventuale loro predatore, le alghe planctoniche per accicare i loro predatori, gli organismi degli abissi per catturare le loro prede, utilizzando estremità luminose del loro corpo come esche per le prede.

Elena Sichirolla



Weekend al Giglio

Eccoci qui, Antonio, Cinzia, Davide, Elena, Elisabetta, Emanuela, Simone, Stefano ed io, siamo partiti venerdì 5 settembre, destinazione: il GIGLIO, meravigliosa isola dell'Arcipelago Toscano.

L'isola fu abitata fin dall'Età del ferro e citata da Giulio Cesare nel *De Bello Gallico*.

Nel 1544, il pirata Khayr al-Din, detto Barbarossa, saccheggiò l'isola, trucidando chiunque si opponeva e deportò come schiavi oltre 600 gigliesi. In seguito la Famiglia dei Medici, ripopolò l'isola con genti provenienti dalle terre senesi.

L'isola deve il suo nome al termine latino *Aegillum* che significa "capre", infatti, era conosciuta come "l'isola delle capre".

Bè, un po' di storia non guasta ma torniamo al nostro weekend: dopo quattro ore in macchina e una in traghetto arrivammo a Giglio Porto, appena scesi dal traghetto, troviamo ad aspettarci Domenico, titolare dell'INTERNATIONAL DIVING, un vecchio lupo di mare, che ci accompagna nei locali molto comodi e tipici dell'isola.

Durante la nostra permanenza, il tempo non ci ha dato una mano, ma non abbiamo perso la voglia, così, quando il mare lo permetteva ci siamo immersi, grazie a Dominico sempre disponibile e preparatissimo. Le immersioni, sono state vivacizzate da bellissime murene, grossi scorfani, gronghi e tantissimi e coloratissimi nudibranchi, ma vanno evidenziate (per chi poteva!) le pareti spettacolari con gorgonie a go-go. Da segnalare inoltre le immersioni fatte di sera, al ristorante "Da Meino", con pesce e vino a volontà, dove è emersa tutta l'acquaticità del gruppo. Purtroppo, in un batter d'occhio, è arrivata la domenica e fatta l'ultima immersio-



ne, con molta amarezza nel lasciare l'isola, ci siamo diretti a prendere il traghetto. Il weekend è stato bello ed intenso, speriamo di ritornare al più presto magari con un gruppo più numeroso.....

Alex Callegarin



La traversata a nuoto dello Stretto di Messina

Tutto ebbe origine nell'ottobre 2006 quando iniziai a frequentare la squadra Master di Adria (RO), premetto non sono un'atleta ma lo spirito di questa squadra "STARE INSIEME E DIVERTIRSI (specialmente mangiando e bevendo)" con la scusa del nuoto, mi colpisce fin da subito.

Così inizio a frequentare gli allenamenti e a conoscere gli atleti. Tutti parlano della esperienza fantastica compiuta il 2 agosto 2006 ossia l'attraversata dello stretto di Messina, a nuoto! Tutti ne erano entusiasti, mi raccontavano le loro gioie, la paura di non farcela, ma soprattutto dello spirito di gruppo con cui l'hanno fatta: non era una gara ma una nuotata tranquilla fatta in gruppo che richiese però una certa preparazione.

L'anno dopo mi convincono a partecipare alle gare in acque libere e grazie all'aiuto della squadra riesco a superare questa mia PAURA... resta, però un po' di amaro in bocca per non essere stata fra quelli "di Messina".

Così quando Alberto riorganizza la spedizione e sento che alcuni master vi partecipano colgo la palla al balzo e parto per Messina ed il giorno 26 luglio 2008 sono riuscita a compiere un'impresa straordinaria, almeno per me: la traversata dello stretto di Messina a nuoto.

Non era la distanza che mi spaventava, circa 3,5 km, ma le correnti notevoli (lo stret-



Vista dello Stretto di Messina

to è una sorta di imbuto) e le MEDUSE.

Il giorno della partenza, stranamente non ero agitata (merito questo dell'apnea che mi ha aiutato a superare le mie paure e a farmi star bene in acqua), la prima cosa che ho fatto appena sveglia è stato guardare fuori dalla finestra dove si vedeva il mare calmo e il cielo limpido ed azzurro... FANTASTICO (pensai).

Il ritrovo era previsto alle 8:00 a Capo Peloro (Messina), a capitanare il nostro gruppo di una decina di persone, Alberto Guerrini, esperto nuotatore di acque libere, a guidarlo Giovanni Fiannacca (il nostro barcaio) tuttora il recordman della traversata, pescatore esperto e profondo conoscitore del mare e delle Correnti dello Stretto.

La partenza ebbe luogo verso le 9:00 da Capo Peloro (Messina) la punta più estrema della Sicilia, la storica Cariddi ed l'arrivo previ-

sto, dopo un'oretta circa di nuoto, sulla costa calabrese a Cannitello, a pochi km a Sud di Scilla.

Mentre nuotavo con i raggi di sole che si inabissavano nel blu, continuavo a pensare che stavo facendo una delle cose più belle della mia vita, oltre alla nuotata era una sfida personale...un traguardo per me che fino a qualche anno fa avevo paura di nuotare in mare.

A un km dalla costa calabrese la corrente cambiò, si fece insistente e ci costrinse ad intensificare la nuotata e a farci cambiare rotta... Giovanni ci diresse verso Nord e ci disse di continuare, anche se davanti a noi s'intravedevano gli scogli... pensavo che ero quasi arrivata e che fino a quel momento tutto era andato bene...troppo presto perché iniziai a vedere delle meduse e contemporaneamente sentii prurito sulla mano e sulla spalla, presa da panico mi avvicinai alla barca con l'intento di salire e il buon Giovanni senza tanti mezzi termini mi ammonì: "nuota nuota che ormai sei arrivata" e dopo qualche decina di metri toccai il fondo...

Ero arrivata, avevo attraversato lo stretto: un sogno meraviglioso fatto di sensazioni uniche.

Roberta Lucchin



Cape al tocio de sépa

PAR 4 TOSI

250 g de pasta tipo conchiglie

400 g de sepete (seppioline)

200 g de olive more

On spigo de ajo

I zeola

Parsinbolo

5 sculierini de oio de oliva

I sculiero de origano

on goto de vin seco

Sugo de pomodoro

Sale

pevaro



- Dovì netare ee sepete e tajarle a strissette.
- Tritè ea zeola, ajo e parsinbolo.e brustolè (rosolare) con l'ojo. Zontè le sepete co na punta de sale e de pevaro. Cusinè par zirca 15 minuti zontè ee olive e l'origano,metì el vin e smissie ben tuto.
- Zontare el tocio de pomodoro. Cusinare par 30 minuti a fogo basso, coa pegnata ben querta.
- Cucinare ea pasta, scolè ben e conzare

www.subrovigo.it

SPAZI PUBBLICITARI
DISPONIBILI PER INFORMAZIONI
CONTATTARE
I SEGUENTI NUMERI
BALLESTRIERO FABIO
3292148247
SITTA MARIO
3475780187
OPPURE
RIVOLGERSI A
redazione@subrovigo.it

BAR PIZZERIA

ETNA
di Baldo Alessandro & C. s.n.c.
ROVIGO - Via Porta Adige, 58
Tel. 0425 30059

SPAZI PUBBLICITARI
DISPONIBILI PER INFORMAZIONI
CONTATTARE
I SEGUENTI NUMERI
BALLESTRIERO FABIO
3292148247
SITTA MARIO
3475780187
OPPURE
RIVOLGERSI A
redazione@subrovigo.it

info@subrovigo.it: Per ricevere tutte le informazioni utili riguardanti il Club Sommozzatori
redazione@subrovigo.it: Per inviare materiale utile alla redazione, es. articoli da pubblicare, rubrica vendo—cerco
didattica@subrovigo.it: Per inviare o ricevere materiale utile per la didattica (solo per istruttori C.S.R.)
sede@subrovigo.it - Per inviare materiale di interesse collettivo da archiviare nel computer di sede