



# **FEDERAZIONE ITALIANA PESCA SPORTIVA E ATTIVITÀ SUBACQUEE**

**Settore Didattica Subacquea**

## **Corso di Specializzazione**

### **MUTA STAGNA**



## Caratteristiche principali del Corso

Denominazione	Muta Stagna ( <i>Dry suit</i> )
Codice	PMs
Organizzazione	Società Affiliate o CCF
Brevetto	Formato <i>credit card</i>
Abilitato al rilascio	Istruttore di 1° Grado AR (M1) o più elevato, iscritto all'AIS
Età minima	14 anni
Requisiti minimi	- Brevetto di 1° Grado AR (P1) o equiparato - 20 immersioni, certificate sul libretto federale d'immersione <i>In alternativa, previo specifico parere favorevole del Comitato di Settore DS, sono ammessi i possessori di un curriculum ritenuto adeguato alla presente certificazione</i>
Minime ore di Teoria	5
Minime ore di BD	3
Minime uscite in AL	2
Abilitazione/Obiettivi	Durante il corso l'Allievo acquisisce le nozioni teoriche e le capacità tecniche necessarie all'utilizzo della muta stagna
Equivalenza CMAS	<i>Dry Suit Diver</i>
Visita medica	Certificato di idoneità sportiva non agonistica
Rapporto All./Istr. in BD	Max 4 Allievi/1 Istruttore Max 6 Allievi/1 Istruttore + 1 Istruttore in Formazione (o 1 AIST) Max 10 Allievi/1 Istruttore + 2 Istruttori in Formazione (o 2 AIST)
Rapporto All./Istr. in AL	Come BD
Kit	www.fipsas.it

## Indice

<b>PARTE I: STANDARDS E SPECIFICHE .....</b>	<b>3</b>
<b>1 - Classificazione del Corso .....</b>	<b>3</b>
<b>2 - Obiettivi del Corso .....</b>	<b>3</b>
<b>3 - Requisiti di accesso al Corso .....</b>	<b>3</b>
<b>4 - Struttura del Corso .....</b>	<b>3</b>
<b>5 - Rapporti minimi Istruttori / Allievi.....</b>	<b>3</b>
<b>6 - Durata minima del Corso .....</b>	<b>4</b>
<b>7 - Contenuti minimi del Corso .....</b>	<b>4</b>
<b>8 - Conseguimento del brevetto .....</b>	<b>4</b>
<b>9 - Norme specifiche del Corso .....</b>	<b>4</b>
<b>PARTE II: PROGRAMMA DETTAGLIATO DEL CORSO .....</b>	<b>5</b>
<b>10 - Teoria .....</b>	<b>5</b>
<b>11 - Bacino Delimitato .....</b>	<b>5</b>
<b>12 - Acque Libere.....</b>	<b>6</b>
<b>13 - Dichiarazione di fine Corso .....</b>	<b>7</b>



## **PARTE I: STANDARDS E SPECIFICHE**

### **1 - Classificazione del Corso**

Il Corso "Muta Stagna" è un Corso di Specializzazione.

### **2 - Obiettivi del Corso**

L'Allievo durante il Corso apprende

- le caratteristiche tecniche principali della muta stagna,
- le nozioni di base per la scelta e l'acquisto della muta stagna,
- le nozioni pratiche per l'utilizzo della muta stagna,
- le tecniche per la risoluzione degli inconvenienti con la muta stagna.

### **3 - Requisiti di accesso al Corso**

- Brevetto di 1° Grado AR (P1) o equiparato.
- 20 immersioni, certificate sul libretto federale d'immersione.
- 14 anni compiuti prima della fine del Corso (per i minori occorre l'autorizzazione firmata dei genitori o di chi ne fa le veci).
- Certificato medico in corso di validità, attestante lo stato di buona salute.
- Tessera associativa FIPSAS in corso di validità.

### **4 - Struttura del Corso**

- Il Corso è suddiviso in 3 parti:
  - T = Teoria,
  - BD = Bacino Delimitato (o Acque Confinato),
  - AL = Acque Libere non delimitate (Mare o Lago), ma segnalate.
- Ogni parte è suddivisa in moduli (lezioni, prove od esercitazioni).
- Ogni modulo è denominato attraverso la sigla ed un numero ordinale (es. T6, sesta lezione di Teoria).
- Ogni modulo può essere scomposto in sottomoduli propedeutici e/o accorpato ad altri, eseguito in una o più volte a seconda delle esigenze logistiche.
- Deve comunque essere rispettato il numero minimo di ore indicato in §6.

### **5 - Rapporti minimi Istruttori / Allievi**

#### **5.1 - Teoria**

Si consiglia la presenza di 1 membro dello Staff (compreso l'Istruttore docente) ogni 8 Allievi.

#### **5.2 - Bacino Delimitato**

- 1 Istruttore per massimo 4 Allievi,
- 1 Istruttore + 1 Istruttore in Formazione (o AIST) per massimo 6 Allievi,
- 1 Istruttore + 2 Istruttori in Formazione (o AIST) per massimo 10 Allievi.

#### **5.3 - Acque Libere**

- 1 Istruttore per massimo 4 Allievi,
- 1 Istruttore + 1 Istruttore in Formazione (o AIST) per massimo 6 Allievi,
- 1 Istruttore + 2 Istruttore in Formazione (o AIST) per massimo 10 Allievi.



**N.B.:** Se le condizioni di visibilità sono ridotte, i rapporti vanno modificati in modo tale che gli Allievi siano sempre in contatto visivo con l'Istruttore (o l'Istruttore in Formazione o AIST).

## **6 - Durata minima del Corso**

- T            5 ore,
- BD          3 ore,
- AL          2 immersione.

## **7 - Contenuti minimi del Corso**

### **7.1 - Teoria**

T1 - Caratteristiche principali delle mute stagne.

T2 - Utilizzo della muta stagna.

### **7.2 - Bacino Delimitato**

BD1 - Simulazione e risoluzione di inconvenienti con muta stagna.

BD2 - Simulazione e risoluzione di inconvenienti con muta stagna.

### **7.3 - Acque libere**

AL1 - Esercizi a bassa profondità (massimo 6 m).

AL2 - Immersione completa (massimo 18 m).

## **8 - Conseguimento del brevetto**

Il conseguimento del brevetto è subordinato al superamento dei moduli di T, BD e AL.

### **8.1 - Teoria**

La parte di T si ritiene superata quando l'Allievo dimostra di aver acquisito sufficiente conoscenza dei contenuti minimi.

La valutazione deve avvenire mediante verifica scritta (quiz a risposta).

L'Allievo deve rispondere positivamente all'80% delle domande previste.

### **8.2 - Bacino Delimitato**

La parte di BD si ritiene superata quando l'Allievo ha eseguito tutti gli esercizi, mostrando di avere acquisito in modo sufficiente le relative tecniche componenti.

L'Allievo deve ricevere spiegazioni sugli errori commessi e dimostrare di averne compreso le motivazioni.

### **8.3 - Acque Libere**

La parte di AL si ritiene superata quando l'Allievo ha effettuato tutte le immersioni ed esercizi, dimostrando di aver acquisito in modo adeguato le relative tecniche componenti.

L'Allievo deve ricevere spiegazioni sugli errori commessi e dimostrare di averne compreso le motivazioni.

## **9 - Norme specifiche del Corso**

- Salvo diversa indicazione valgono le norme generali previste nei Corsi Base.
- Tutti gli esercizi in Acque Libere devono essere effettuati vicino ad una cima molto zavorrata.
- Nelle esercitazioni in AL l'istruttore deve essere affiancato da un altro Istruttore, AIST o Istruttore in formazione che indossi la muta umida o la semistagna.



## **PARTE II: PROGRAMMA DETTAGLIATO DEL CORSO**

Il programma proposto costituisce una linea guida di base e il riferimento per i contenuti minimi da svolgere.

### **10 - Teoria**

#### **T1 - Caratteristiche principali delle mute stagne**

- Cenni storici sull'uso della muta stagna.
- Motivazioni all'uso della muta stagna:
  - acque fredde,
  - numero di immersioni,
  - comfort termico in immersione,
  - vantaggi e svantaggi.
- Descrizione e caratteristiche tecniche:
  - materiali,
  - valvole,
  - collo e polsini,
  - cerniera,
  - calzari,
  - sottomuta.

#### **T2 - Utilizzo della muta stagna**

- Operazioni pre-immersione.
- Tecnica d'immersione:
  - corretta zavoratura,
  - compensazione della muta stagna,
  - controllo dell'assetto,
  - pinneggiamento.
- Operazioni post-immersione, manutenzione
- Emergenze e problemi di assetto
  - allagamento,
  - bloccaggio della valvola in fase di caricamento,
  - blocco della valvola di scarico,
  - perdita della zavorra,
  - effetto ventosa.

### **11 - Bacino Delimitato**

#### **BD1 - Simulazione e risoluzione di inconvenienti con muta stagna**

##### Descrizione

- Simulazione inconveniente del ribaltamento
  - Posizionarsi bocconi sul fondo.
  - Immettere aria nella muta e farla defluire verso i piedi mettendosi a testa in giù.
  - Per ripristinare l'assetto, raccogliere le ginocchia al petto ed effettuare una mezza capovolta in avanti, aiutandosi con le braccia, sino a raggiungere la posizione eretta.
  - Scaricare la muta.
- Simulazione allagamento della muta
  - Posizionarsi bocconi sul fondo.



- Mettere in ventosa la muta scaricando dalla valvola di scarico.
- Risalire utilizzando il GAV.

#### Tecniche componenti

- manovre efficaci e tempestive.

### **BD2 - Simulazione e risoluzione di inconvenienti con muta stagna**

#### Descrizione

- Simulazione blocco della valvola di gonfiaggio
  - Posizionarsi sul fondo e tenere premuta la valvola di gonfiaggio per qualche secondo sino ad iniziare la risalita.
  - Staccare la frusta ad innesto rapido dalla valvola di gonfiaggio e, contemporaneamente alzare il braccio sinistro, impugnando anche il corrugato del GAV, per fare defluire l'aria dalla valvola di scarico. Se necessario scaricare anche il GAV.
- Simulazione blocco valvola di scarico
  - Posizionarsi a bocconi sul fondo e immettere aria nella muta sino ad iniziare la risalita.
  - Alzare il braccio sinistro e infilare due dita nel polsino della muta per far defluire l'aria in eccesso.
- Simulazione perdita cintura di zavorra
  - In ginocchio sul fondo, con la muta in ventosa, sganciare la cintura di zavorra e tenerla in mano tra le gambe.
  - Farsi gonfiare la muta stagna dall'istruttore quanto basta per ottenere un assetto leggermente positivo.
  - Lasciare la cintura di zavorra ed effettuare la mezza capovolta in avanti per evitare la risalita incontrollata.

#### Tecniche componenti

- manovre efficaci e tempestive.

## **12 - Acque Libere**

### **AL1 - Esercizi a bassa profondità (massimo 6 m)**

#### Descrizione

Scendere senza gonfiare la stagna sino ad avvertire l'effetto ventosa.  
Aggiungere l'aria necessaria per eliminare la compressione e regolare l'assetto gonfiando il GAV.  
Posizionarsi sul fondo, immettere aria e farla defluire verso i piedi mettendosi a testa in giù. Raccogliere le gambe al petto, effettuare una mezza capovolta, riportarsi in posizione verticale e scaricare la muta.  
Aggiungere aria nella stagna sino ad avere un assetto leggermente positivo.  
Effettuare una risalita normale scaricando sia il GAV sia la stagna.  
Durante la risalita sostare a 3 metri nel blu per un minuto senza aggrapparsi alla cima.

#### Tecniche componenti

- manovre efficaci e tempestive.

### **AL2 - Immersione completa (massimo 18 m)**

#### Descrizione

Immersione senza esercizi specifici.  
Gli Allievi devono dimostrare sufficiente padronanza nella gestione della muta stagna durante tutte le fasi dell'immersione.

#### Tecniche componenti

- corretta gestione della muta stagna.



### **13 - Dichiarazione di fine Corso**

Far firmare all'Allievo la presente dichiarazione di fine Corso e conservarne copia per i 5 anni successivi alla brevettazione.

Il sottoscritto \_\_\_\_\_

nato a \_\_\_\_\_ il \_\_\_\_\_

DICHIARA CHE

il Corso di Specializzazione "Muta Stagna" n° \_\_\_\_\_

a cui ha partecipato è stato svolto interamente come da programma e dichiara altresì di aver ricevuto e compreso tutto le nozioni teorico-pratiche per le immersioni come da abilitazione.

In fede

\_\_\_\_\_  
Firma dell'Allievo

\_\_\_\_\_  
data

\_\_\_\_\_  
Firma del genitore in caso di minore

\_\_\_\_\_  
data