CSR

LEGA UISP

# CIRCOLO SUBACQUEO RAVENNATE

VIA DEI POGGI, 97 - RAVENNA - TEL. 0544/67556 - E-MAIL: SUBRA@RACINE.RA.IT

SITO INTERNET: HTTP://RACINE.RA.IT/CSR/INDEX.HTM

## *TARAWANA, RECORD E SCANDALI*

Martedì 26 Gennaio, si è svolta TARAWANA, la gara di apnea che già da molte settimane ha focalizzato le attenzioni dei più accaniti soggetti "anaerobici".

Al martedì sera, chi ha frequentato la piscina, ha sicuramente notato il simpatico gruppetto di incalliti apneisti "profondamente immersi" nell'allenamento. Qualche allievo, del corso Open, sul fondo con l'attrezzatura, mostrando alto senso di solidarietà, ha anche provato ad allungare l'erogatore a qualcuno di questi atleti che però non hanno ceduto alla tentazione. Solo uno ha accettato l'invito imboccando l'erogatore. L'allievo poi ha riferito di non aver visto espellere bolle e addirittura che subito dopo il manometro segnava più atmosfere di prima. Straordinario. Con queste premesse ci si aspettava una manifestazione atletica senza precedenti, combattuta fino "all'ultimo respiro". Invece, una serie di episodi a dir poco scandalosi ha fatto calare un tragico velo di sospetti su questa competizione.

Gianfri ha migliorato la propria prestazione del 50% rispetto alla gara precedente e ciò non è possibile solo grazie all'allenamento. C'è chi sostiene che i sigari "tirati" quella sera non fossero i suoi soliti.

Di Liddo, accreditato come outsider da tenere d'occhio, dopo 6 mesi di Yoga intensivo e 2 ore e 25 minuti di iperventilazione tirata, ha purtroppo fatto registrare una prestazione ambigua.

Gli esperti pensano si sia trattato di una strana forma di perdita dell'orientamento in quanto si è notato che nei 17 metri percorsi in orizzontale....ha compensato 11 volte. In ogni caso c'è chi l'ha visto ingerire una misteriosa pastiglia viola prima della prova.

La stessa sera il figlio, a casa, prima di addormentarsi ha mangiato, come tutte le sere, la solita Zigulì al lampone e stranamente dopo ha saltato da un lampadario all'altro della casa per 8 ore fino al mattino, prima di essere abbattuto con un proiettile narcotizzante. Ora sta bene, ma si ipotizza un banale scambio di flaconi.

Per ultimo, ma non per importanza, si riporta che sarebbe stato smascherato un tentativo di falsificazione del risultato attuato con maestria dai giudici di gara capitanati niente meno che dal Vice Presidente Paride. Questo atto sconsiderato poteva stravolgere l'ordine di arrivo della classifica causando chissà quali conseguenze. A pochi giorni dal rinnovo del consiglio direttivo, sono atteggiamenti che possono costare caro e che difficilmente passano inosservati.

Malgrado quanto avvenuto, comunque gli interessati smentiscono categoricamente le voci che darebbero per certo l'inserimento di alcuni nomi sul registro degli indagati del sostituto procuratore di Torino nell'ambito dell'indagine sui mali dello sport italiano.

Meritano comunque una menzione: Fabio Venturi con i suoi 190 secondi e Luca Frisoni con i suoi 87 metri.



# Febbraio '99

Risultati e classifiche all'interno.

## *Le uscite del Csr* — *Il Paguro Attende*

In attesa della bella stagione, l'attività del circolo prosegue e si cominciano a delineare gli appuntamenti classici.
Fra questi, le immersioni sul relitto del Paguro rappresentano ormai un appuntamento irrinunciabile per molti soci del circolo. Ma oltre agli affezionati siamo certi che il fascino di questo particolare relitto non mancherà di lasciare il segno nel cuore di chi per la prima volta, la prossima estate, si immergerà fra le sue inarcate strutture. Attualmente sono state prenotate cinque uscite nelle seguenti date:

**6 giugno**
**27 giugno**
**18 luglio**
**22 agosto**
**12 settembre**

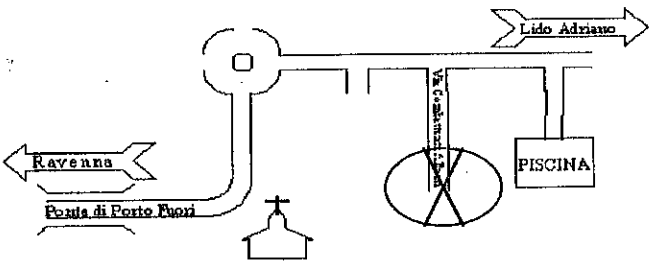
Gli orari non sono stati ancora comunicati, ma saranno comunque nella mattinata.
La barca con cui si navigherà è sempre la mitica "Spighi boat", quindi i prenotati del 6 giugno possono già incamminarsi..... Si tratta di un'esperienza unica nel suo genere ; si va a vedere un relitto sommerso, trasportati da un relitto affiorante e anche un po' semovente, ci si diverte, si mangia, si prende il sole e magari, con un po' di fortuna, stando attenti a dove ci si appoggia, non ci si unge nemmeno troppo. A parte gli scherzi, per le prenotazioni, chi fosse interessato può contattare fin d'ora Luca Frisoni. Il costo, come l'anno passato si aggirerà attorno alle 40.000 lire (20,66 Euro).
Ricordiamo inoltre che sono ancora disponibili alcuni posti per le immersioni di Porto Levante, ma per queste bisogna contattare Giancarlo Daissé.

## *I corsi del CSR* — *Open Water Diver*

Ricordiamo per l'ultima volta che il secondo corso Open Water Diver (1° livello), comincia **venerdì 5 Febbraio alle ore 20,30 presso la sede del circolo.**

## *Le cene del CSR* — *Porchettata*

Quando si decise di passare una serata con la porchetta, subito ci fu chi si offrì per organizzarla dicendo di poterla trovare. Dopo 3 settimane, alla richiesta di informazioni, l'incaricato rispose di non sapere nulla perché (testuali parole) – *non la trovo ha sempre il telefonino spento!!!*- Capimmo che forse le buone intenzioni iniziali erano state fraintese.
Abbiamo ricominciato tutto da capo e quindi ci vediamo costretti a comunicare che per motivi organizzativi la "PORCHETTATA" è stata posticipata a Sabato 20 Febbraio; è però necessario che tutti coloro che intendono partecipare diano conferma della loro adesione **ENTRO E NON OLTRE Giovedì 11 Febbraio**.
L'appuntamento è fissato per le ore 20,30 presso la sala sita in via Combattenti Alleati a Porto Fuori. Per facilitarne l'individuazione è la seconda traversa a destra nella strada che dalla rotonda porta alla piscina Green Sport già Tre Laghi.
La seconda prova del campionato interno di dolci si svolgerà regolarmente a seguire nella stessa serata.




Si ricorda che per i soci la partecipazione è **GRATUITA**, mentre per gli accompagnatori è richiesto un contributo di 10.000 lire (5,16 Euro).

*Chi indovina il personaggio raffigurante La Porchetta, riceverà, nel corso della serata, un ambito premio.*

Pizzeria Al Borgo Trattoria

Via S. Mama, 31
RAVENNA

## TARAWANA — La classifica

| RISULTATO | ATLETA | APNEA DA FERMO | NUOTO IN APNEA (MT) | PUNTI |
|---|---|---|---|---|
| 1^ SQ. CLASS. | Luca Frisoni | 2'07'' | **87** | 144 |
| | Andrea Comandini | 1'01'' | 35 | 58 |
| | Claudio Barboni | 1'36'' | 48 | 83 |
| | | | **TOTALE** | **285** |
| 2^ SQ. CLASS. | Cesare Marolla | 1'00'' | 25 | 45 |
| | Fabio Venturi | **3'10''** | 75 | 147 |
| | Paride Bissi | 1'55'' | 50 | 91 |
| | | | **TOTALE** | **283** |
| 3^ SQ. CLASS. | Gianfranco Geminiani | 1'24'' | 41 | 72 |
| | Cristiano Venturi | 2'11'' | 67 | 119 |
| | Massimo Melandri | 1'18'' | 31 | 59 |
| | | | **TOTALE** | **250** |
| 4^ SQ. CLASS. | Luigi Fogli | 1'45'' | 57 | 101 |
| | Guglielmo Strada | 1'20'' | 38 | 67 |
| | Carlotta Comandini | 1'29'' | 38 | 70 |
| | | | **TOTALE** | **238** |
| 5^ SQ. CLASS. | Enzo Di Liddo | 0'49'' | 17 | 33 |
| | Fabio Tabellini | 2'07'' | 55 | 106 |
| | ~~Guglielmo~~ Giuliano Micheletti | 0'58'' | 60 | 88 |
| | | | **TOTALE** | **227** |

## Il mercatino del C.S.R. — L'angolo di Gianfri

Questo spazio, da sempre è a disposizione di tutti i soci che intendono vendere la propria attrezzatura, e ogni 2/3 numeri, puntualmente riappare. Chiunque avesse inserzioni da fare può contattare Fabio o Gabriele.
Il risultato non è garantito, ma basta avere fiducia...

Jacket COLTRI taglia XL, 34 immersioni all'attivo; £. 200.000. *Chiedere a Cesare Marolla.*

Jacket Dacor uomo £. 200.000 - Jacket Dacor Donna £. 200.000 - Muta Cressi da donna £. 120.000

Computer Scubapro £. 250.000. *Chiedere a Roberto Utili.*

Vastissimo assortimento di mute da donna!!!! *Chiedere a Gabriele Tagliati e Gianfranco Geminiani.*

## Gli aggiornamenti del C.S.R. — Stages

Siamo riusciti a prenotare le 3 giornate di aggiornamento al Centro Iperbarico di Ravenna, diretto dal Dott. Pasquale Lonobardi.
A nostra disposizione abbiamo:

**Sabato mattina 27 febbraio (orario da confermare):**
*Rebreather; Nozioni avanzate sugli incidenti da decompressione.*
Quasi d'obbligo per istruttori, aiuto istruttori, dive master, e comunque adatto per subacquei esperti.

**Sabato mattina 8 maggio (orario da confermare):**
*Computer; Nitrox; Benefici dell'attività subacquea.*
Particolarmente indicato per subacquei esperti.

**Sabato mattina 29 maggio (orario da confermare):**
*Incidenti da decompressione; Apnea; Ossigenoterapia iperbarica.*
Adatto ad ogni livello, consigliato per i nuovi soci.
I posti per ogni giornata sono 14, e il costo è di lit. 30.000 per ciascuna compresa l'immersione in camera iperbarica.
Per chi volesse seguire la lezione, ma non volesse entrare in camera iperbarica il costo è di lit. 15.000.
Prenotazioni fin da subito, soldi alla mano, a Gabriele Tagliati o Fabio Tabellini.

**Prenotatevi !!!!!!!!!!**

Telefono 0544/34111
CHIUSO IL MERCOLEDÌ
Pizzeria Al Borgo Trattoria

# Diabete e subacquea.

Il diabete è fondamentalmente una alterazione del sistema endocrino manifestata da due diversi fattori: Insufficiente produzione di insulina; resistenza delle cellule del corpo all'azione dell'insulina.
Le persone affette da diabete vengono a trovarsi in situazioni in cui il livello di glucosio nel sangue è molto alto "IPERGLICEMIA", oppure molto basso "IPOGLICEMIA".
Per gravità, i soggetti affetti da patologie diabetiche si possono sommariamente dividere in:
*Insulino-dipendenti*, ai quali è necessario iniettare insulina per tenere sotto controllo il livello di zuccheri nel sangue;
*non dipendenti*, ai quali è sufficiente prescrivere una dieta appropriata oppure è possibile intervenire con medicine ad assunzione orale.
Le crisi IPOGLICEMICHE possono manifestarsi con stato confusionale, affaticamento, aumento dei battiti cardiaci, stato di incoscienza e anche la morte.
Anche le crisi IPERGLICEMICHE possono portare a casi analoghi, ma con più lentezza.
Queste due manifestazioni negative però non sono che alcune delle complicazioni provocate dal diabete, anzi ve ne sono alcune che possono svilupparsi col tempo agendo a lungo termine come la Retinopatia, (alterazione della vista), disfunzioni renali, malattie coronariche, alterazione al sistema nervoso centrale, problemi alla circolazione sanguigna.
Tradizionalmente la medicina ha sempre sconsigliato la pratica dell'attività subacquea per i diabetici, o per lo meno per i soggetti insulina-dipendenti dato che una crisi IPOGLICEMICA durante un'immersione può risultare estremamente rischiosa.
Il Dott. Burghen, docente di endocrinologia e metabolismo all'università del Tennessee, ha condotto vari studi provando che molti soggetti affetti da diabete possono tranquillamente praticare attività subacquea.
Il comitato di medicina sportiva subacquea inglese ha addirittura elaborato alcune procedure specifiche da seguire prima, durante e dopo le immersioni, constatando che per i 100 casi posti sotto controllo non sono mai stati riscontrati incidenti.
Nei 7 casi di insulino-dipendenti però è stato rilevato che il normale stato di disidratazione dopo l'immersione è notevolmente accentuato.
In realtà la questione della subacquea possibile per i diabetici è triplice:

- Sebbene soggetti diabetici possano praticare sport o attività decisamente pesanti "sopra l'acqua", l'effetto dell'immersione sul livello di glucosio nel sangue non è ancora ben accertato quindi ancora non catalogabile per "sicuro".
- Le procedure che i subacquei diabetici devono seguire per maggior sicurezza non sono ancora state definite e controllate.
- Il numero di subacquei diabetici preso in considerazione sino ad ora non è ancora sufficiente per poter giungere a delle ferme conclusioni.

Il Dott. Elliot, medico iperbarico della Royal Navy, a conclusione di uno studio della Undersea & Hyperbaric Medical Society (UHMS) ha così sintetizzato i risultati raggiunti:

- I soggetti diabetici sono potenzialmente a rischio di crisi che possono portare a stati di incoscienza che durante l'immersione non fanno altro che peggiorare la situazione per sé e per i compagni al seguito.
- I soggetti diabetici devono assolutamente tenersi controllati periodicamente per monitorare al meglio eventuali variazioni significative al livello di zuccheri nel sangue.
- Fare comunque attenzione alla profondità, in quanto i sintomi delle crisi IPOGLICEMICHE o IPERGLICEMICHE possono essere erroneamente scambiati per quelli della narcosi da azoto e quindi non affrontati nel modo più opportuno.

Si ricorda che la redazione del giornale è a completa disposizione di tutti i soci che intendono divulgare informazioni anche relative a vacanze, esperienze personali, per porre quesiti tecnici, o magari chiarimenti sull'operato del Consiglio Direttivo. Non si accettano invece annunci matrimoniali!!!

ippolito STEAR
RAVENNA • VIA SAN VITTORE 15 • TEL. 0544/453890 • FAX 0544/454858