

CSR



CIRCOLO SUBACQUEO RAVENNATE

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

RICOMINCIA L'ATTIVITA' INVERNALE

Anche quest'anno siamo ripartiti, sempre con lo stesso spirito e con la stessa voglia di avvicinare più persone possibili a questa nostra passione che è sì desiderio di conoscere un mondo affascinante e spesso sconosciuto, ma è anche veicolo per conoscere altre persone e confrontarsi con altre idee. E forse questa è la grande vera avventura che ogni anno affrontiamo sempre con più grinta e determinazione.

Nonostante il proliferare di scuole di subacquea e il continuo nascere di sigle avveniristiche e talvolta assurde che falsamente vantano decenni d'esistenza e che hanno molte più cose in comune alla catena dei Mc Donald's o alle catene di vendita in franchising che allo scendere sott'acqua in sicurezza, e malgrado le solite preoccupazioni settembrine che ci assalgono ogni anno col dubbio -avremo fatto abbastanza, e abbastanza bene?- siamo felicissimi nel constatare che continuiamo ad essere una delle più vive e vivaci realtà della subacquea a Ravenna.

Puntando ancora una volta all'insegnamento della subacquea come mezzo per poter apprezzare tante cose nuove e incredibili, spesso anche all'interno di noi stessi, e partendo sempre dalla convinzione che la conoscenza deve essere la nostra unica arma di difesa, nell'affrontare il mare, che per usare un eufemismo, si ciba di impavidi incoscienti, siamo ancora qui, fermi nelle nostre convinzioni, magari spesso costretti a nuotare controcorrente, ma la cosa non ci preoccupa.

Il primo corso Open Water Diver 1998/99 è cominciato già da quasi due mesi, e come ogni anno, siamo felici nel constatare che l'impostazione data in

termini di approccio umano, si rivela, come in passato, vincente.

Tanti sono gli allievi dell'anno passato che continuano a frequentare le piscine e il circolo e soprattutto grande è il passaparola positivo che i nostri soci diffondono senza paura di smentita nei fatti.

Per coloro i quali hanno creduto in passato che questa potesse essere la giusta e più ragionevole ragione d'esistere per un circolo, tutto ciò è motivo di soddisfazione, ma è logico che il cammino è continuo e non c'è un unico traguardo finale, ma tanti obiettivi comuni.

Il modo più bello e senza dubbio più giusto per raggiungere tali risultati è la collaborazione di quanti più soci possibile per ogni tipo di attività, dalle più tecniche alle più ludiche.

E onestamente, tutto questo cappello forse retorico, ma sinceramente sentito, mira soprattutto a cercare la collaborazione di tutti coloro i quali credono, di poter contribuire allo sviluppo sociale del circolo.

Fortunatamente godiamo di ottima salute e l'appello non è lanciato in modo disperato, ma volendo sempre migliorare crescono le esigenze senza rinnegare il passato, con la consapevolezza della necessità del continuo miglioramento.

Nel periodo nero dei Predoni, non abbiamo esitato a chiedere anticipi di quote per sopravvivere, sicuri di operare nel giusto. Il tempo ci ha dato ragione e (continuando comunque a sollecitare il rinnovo della tessera...) ora dobbiamo permetterci il lusso di richiedere soprattutto idee e disponibilità.

Ottobre-Novembre 1998

Le cene del Csr

Era ora

Giustamente stanchi di ricordare quasi con rassegnata nostalgia i tempi in cui le immersioni nei tegami erano superiori alle immersioni in mare, e per accontentare le sempre più numerose richieste dei vecchi soci, si è presa una decisione sicuramente degna di nota:

Sabato 12 dicembre, presso la sala della casa del popolo di **Porto Fuori** (subito a sinistra giù dalla discesa - vedi sala Kojak) alle ore **20.30**, avrà luogo la tradizionale cena invernale che quest'anno sarà così composta:

Penne rustiche melanzane, peperoni, salsiccia, origano).

Strozzapreti panna e speck.

Penne al pomodoro in alternativa da richiedere alla prenotazione.

Salumi, contorni vari, acqua, vino e pane.

Costo di Lit. 15.000 da versare alla prenotazione che deve avvenire entro venerdì 20 novembre a Giovanni o Cesare.

Per fare i furbi organizziamo anche una piccola gara di dolci, per cui chi vuole partecipare... ..

Le sfide del Csr

TARAWANA

Visto l'enorme successo di **TARAWANA** dello scorso Marzo, stiamo già preparando la nuova edizione per Gennaio 1999.

Tutti i soci sono caldamente invitati a partecipare all'evento sportivo che onestamente ha lasciato tutti senza fiato.....

Il regolamento è il seguente:

La gara è a squadre e si compone di due prove:

- Apnea da fermi, sul fondo della piscina.
- Apnea "profonda" in assetto costante seguendo l'andamento del fondo della piscina.

La gara è a punteggio ed i punti saranno assegnati con il seguente criterio:

- ◆ Per la prima prova, 1 (uno) punto ogni 3 (tre) secondi di apnea da fermo sul fondo.
- ◆ Per la seconda prova, 1 (uno) punto per ogni metro percorso più bonus di 3 (tre) punti alla prima virata e di 6 (sei) punti per le successive.

Ogni squadra è composta da 3 (tre) soci e la formazione è casuale per sorteggio che avverrà nella stessa serata.

Costo Lit. 5000, iscrizioni.....non abbiate fretta, sarete avvisati, intanto però sarà meglio farsi vedere in piscina per fare un po' di allenamento...sempre che siate in regola col tesseramento.

Le "classiche" del Csr

TESSERAMENTO

Effettivamente, come spiegato già nel numero di Luglio - Agosto, è necessario essere in regola con il tesseramento prima di poter usufruire della piscina, e questo non per una cocciataggine nostra improvvisa, ma perché obbligatorio ai fini del regolamento delle piscine sia di Ravenna che di Porto Fuori.

Inoltre, per chi volesse rinnovare la tessera, ma non ha intenzione di andare in piscina tra breve,

ricordiamo di farlo entro il 31 Dicembre (entro le 23,45 perché dopo Cesare, l'amministratore, va al veglione) in quanto per poter redigere un bilancio preventivo il più realista possibile, è necessario avere la totalità degli iscritti entro tale data.

E comunque fatelo prima e venite in piscina ad allenarvi per **TARAWANA** o più semplicemente per tenervi in forma.

Il mercatino del Csr

L'angolo di Gianfri

Jacket COLTRI taglia XL in ottimo stato Lit. 200.000 chiedere a Cesare Marolla.

Jacket DAKOR uomo Lit. 200.000 - Jacket DAKOR donna Lit. 200.000 chiedere a Roberto Utili.

Muta Modulo M donna come nuova Lit. 100.000 - Muta ELIOS donna, più nuova dell'altra Lit. 150.000 chiedere a Gabriele Tagliati.

Ricordiamo comunque ancora che è al giovedì sera, in sede che si fanno gli affari migliori.



Pizzeria

Al Borgo

Trattoria

Via S. Mama, 31
RAVENNA

Le convenzioni del Csr

UISP

Ricordiamo a tutti i soci, nuovi e non, che, come tutti gli altri anni, la tessera UISP che rilasciamo, all'iscrizione, garantisce una serie di buone e vantaggiose convenzioni in tutti i settori merceologici.

Leggiamo infatti, sul periodico settimanale "SI PUO'" del 4/11/98, che "alle porte di Ravenna, una stazione di servizio offre ai soci UISP uno sconto del 15% per accessori auto/moto e del 20% sugli oli

combustibili. Sconti anche per l'annesso autolavaggio."

Un'altra convenzione è stata sottoscritta con un'importante catena di negozi di abbigliamento (sportivo e non) sempre dietro semplice presentazione della tessera UISP. Per maggiori informazioni, dato che sul periodico non vengono forniti i dati per esteso, potete chiamare l'UISP di Ravenna Tel. 0544/66170 chiedendo di Gianni o Elisa.

I consigli del Csr

DAL MONDO

Impariamo ad usare il computer

Nella scorsa primavera si è tenuto a Cancun (Messico) l'annuale congresso dell'UHMS (Società di medicina subacquea ed iperbarica), la principale organizzazione per la ricerca medica in campo subacqueo. Una delle sessioni del meeting è stata presieduta da Karl Huggins, bioingegnere tra i massimi esponenti mondiali in materia oltre che progettista di computer subacquei. Huggins ha fatto il punto sullo stato dell'arte nell'uso di computer e tabelle di immersione. Le stime odierne sono che il computer da immersione venga usato da quasi il 50% dei subacquei. Nella sua analisi, Huggins ha illustrato le diverse tabelle utilizzate dai subacquei (US NAVY, PADI, BSAC, BUEHLMANN ecc.) sottolineando la grande varietà nei tempi e nelle modalità di decompressione da esse suggerite. A titolo di esempio è stata riportata una serie di tre immersioni ripetitive; affinché l'ultimo intervallo superficiale consentisse di effettuare la 3^a immersione ai limiti della curva, ma senza deco. Le diverse tabelle, riportavano un tempo che andava dai 18 minuti a 16 ore! Secondo Huggins ciò non significa che alcune tabelle siano pericolose, quanto che ognuna è costruita su ipotesi e parametri diversi, specificatamente applicabili a circostanze o popolazioni diverse. Il punto importante è che il rischio di ridurre l'intervallo superficiale a soli 18' sia maggiore che non aspettando le 16 ore è evidente, ma la quantificazione di questo rischio, allo stato attuale delle nostre conoscenze, impossibile. In sostanza il problema delle tabelle è la loro scarsa "flessibilità": profili ricondotti all'immersione quadrata e riferiti ad un numero limitato di combinazioni tempo/profondità. Tuttavia il modello

su cui sono basate potrebbe essere sufficientemente flessibile se applicato ad un computer. Nonostante l'apparente grande diversità di fatture tra i diversi modelli, i computer oggi sul mercato, lavorano essenzialmente sugli stessi principi. Il vero problema è che il sub deve capire come usare l'informazione ottenuta per selezionare un comportamento responsabile: "Il computer non dice al sub cosa fare" sostiene Huggins "ma gli fornisce un'informazione sull'immersione. E' compito del sub decidere cosa fare di questa informazione". Per esempio il più apprezzato vantaggio del computer è anche il suo primo limite: la possibilità di leggere il reale profilo dell'immersione allunga il tempo di permanenza in curva di sicurezza (per molti il tempo di immersione), ma nello stesso tempo viene a ridurre quel margine di sicurezza che scaturiva dalle approssimazioni per eccesso insite nell'impiego delle tabelle. Utilizzare un computer al limite, (riemergendo non appare la scritta "no deco" o sostando alle varie profondità fino ad esaurire il tempo di "no deco") significa stuzzicare i limiti del modello. Pensiamo che mentre gran parte dei computer considerano solo 2 parametri (tempo e profondità) ed alcuni cercano di inserire dei nuovi come temperatura, livello di sforzo fisico o sequenza del profilo, nessuno è attualmente in grado di valutare differenze personali quali condizione fisica, livello di idratazione, età ecc. Ciò significa che anche gli strumenti più sofisticati hanno ancora una percezione approssimativa dell'ambiente e del subacqueo: vale dunque la pena spingere al limite tali strumenti? Huggins ha speso poi parole dure contro quelle case costruttrici che pubblicizzano i loro prodotti sostenendo che i loro modelli sono in grado di tener

Pizzeria

Telefono 0544/34111

CHIUSO IL MERCOLEDÌ

Al Borgo

Trattoria



conto dell'individuo nei loro calcoli. C'è ancora molta strada prima di conoscere con precisione come varia l'assorbimento d'azoto in uno specifico individuo in risposta a stimoli esterni; aggiustare un modello per le variazioni di temperatura o dello sforzo non significa avere risposte esaustive. Sono state identificate 3 modalità di abuso del computer tratte dai comportamenti da lui raccolti nei subacquei colpiti da incidente e curati al centro iperbarico di Catalina di cui Huggins è responsabile. Gli utilizzatori ignoranti, sono coloro che spingono i computer oltre i loro limiti. L'ignoranza deriva dalla inadeguata conoscenza di tutti i fattori che possono favorire la Mdd e non solo quelli considerati dal computer. Gli utilizzatori pigri, quelli che al momento di accendere il computer, spengono il cervello affidandosi ciecamente a quello che appare sul display. Gli utilizzatori stupidi, quelli che compiono azioni prive di senso quali spegnere il computer per azzerare l'azoto residuo e avere meno

deco nelle immersioni ripetitive, o cominciare a utilizzare il computer solo a partire dalla seconda immersione pur sapendo che non si era attivato nella prima. Ciò che balza agli occhi è l'incredibile mancanza di conoscenza degli strumenti nonché di buonsenso da parte di molti utilizzatori. Concludendo, Huggins ha fornito alcune linee guida per un uso responsabile del computer:

Comprendere ed accettare che indipendentemente dal tipo di tabelle o computer utilizzato, rimane un certo rischi di Mdd.

Riconoscere i limiti del computer utilizzato e aggiungere sempre elementi di sicurezza, quali soste supplementari, o passare molto tempo a quote basse prima di riemergere.

In breve usare il vecchio ma sempre tanto caro buonsenso.

Ringraziamo l'amico Leone Tarozzi della Lega Sub di Bologna, per la gentile concessione.

Le schede del Csr

Attrezzatura

Terminata col numero di Settembre la scheda - glossario sui termini "del mare", apriamo una parentesi tecnica parlando di mute stagne visto che la stagione è anche propizia.

Cos'è la muta stagna.

La muta stagna è sempre stata considerata uno strumento per immersioni tecniche o professionali o per quei sub disposti a spendere qualcosa in più di una normale muta umida in cambio di uscire dall'acqua asciutti.

La maggioranza degli utilizzatori di mute stagne erano i cosiddetti "professionisti subacquei", cioè quelle persone che si immergavano e si immergono tutt'oggi per lavoro, nei cantieri e piattaforme subacquee, lavori portuali ed altre attività di questo genere. In questi ultimi anni le aziende subacquee hanno cercato di migliorare la tenuta termica delle normali mute, tuttavia il problema "asciutto" rimane; per questo ultimamente la diffusione delle mute stagne per uso sportivo è in aumento, i prezzi sono sempre più accessibili. Dopo avere seguito un corso adeguato di muta stagna, ed avere fatto un numero di immersioni adeguate, indossare una muta stagna è come indossare una normale muta umida, con qualche accorgimento in più.

Innanzitutto sfatiamo subito il mito della muta stagna come indumento pericoloso.

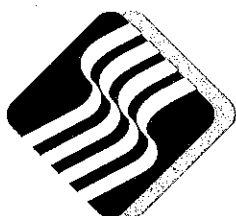
Spesso si sentono voci di subacquei rivolti a testa in giù con l'aria negli stivali, che perdono le pinne e fanno la classica "pallonata", ma si tratta di esagerazioni o di grave incapacità del subacqueo.

Se ci si dovesse capovolgere, basta effettuare una semplice operazione e si ritorna nel normale assetto, operazione molto più semplice che svuotare una maschera.

Vediamo da vicino cos'è la muta stagna.

Si tratta di una muta a differenza delle classiche "umide", che impedisce completamente l'ingresso dell'acqua a riesce a mantenere il volume costante grazie alla possibilità di immettere aria all'interno, compensando la pressione dell'acqua durante la discesa.

Nel prossimo giornalino continueremo e approfondiremo la conoscenza delle mute stagne dai materiali, alle fasi necessarie di manutenzione



Tipolito STEAR

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