



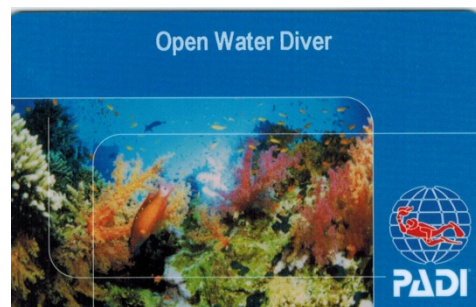
# Club do Mar Cariño

## Curso Iniciación Mergullo Recreativo (Open Water Diver )

---

O curso pretende o acercamento das persoas interesadas en coñecer máis de cerca o mundo mariño, aprendendo os coñecementos e as habilidades básicas para evolucionar dentro da auga dun xeito armonioso, disfrutando deste xeito dunha actividade recreativa e de esparcemento.

O remate do mesmo obterán una titulación válida en todo o mundo certificada por PADI, que as permitirá mergullar ata os 20 metros de profundidade en presenza de un Buceador Guía (Dive Master) ou un Instructor.



Diferenciaremos entre parte teórica e parte práctica;

- ✓ A parte teórica se desenrolará nunha aula habilitada nas súas instalacións a tal fin.
- ✓ A parte práctica terá lugar unha parte de Augas Confinadas (Piscina ou no Mar) e outra de Augas Abertas (Prácticas no Mar).



# Club do Mar Cariño

Os grupos de teoría serán a convir segundo as convocatorias e os de prácticas serán reducidos a 5 persoas por grupo co fin de garantir, por una banda a seguridade e por outra unha ensinanza de calidade.

Requisitos dos participantes:

- Saber nadar.
- Ter cumpridos os 18 anos, no caso contrario achegará autorización do tutor legal (no caso de ter a idade comprendida entre os 16 e os 18 anos).
- Ter ingresado o custo total do curso, antes do comenzo do mesmo.
- Presentar un Certificado Médico en impreso Oficial do Colexio de Médicos no que conste que o Alumn@: "E apto para a práctica de Mergullo recreativo con Botellas ou con escafandra autónoma".
- Unha fotografía tipo carnet en color.

Os contidos teóricos se desenrolaran cinco temas:

- ✓ Tema1.-
  - O mundo subacuático.
  - Equipo de mergullo.
  - Equipo autónomo de mergullo.
  - O sistema de compañeiros.
  - Anticipo da inmersión en augas confinadas.
- ✓ Tema2.-
  - Adaptación o mundo subacuático.
  - Respiración.
  - Equipo de mergullo.
  - Sistema de compañeiros: comunicación e procedimentos.
  - Anticipo da inmersión en augas confinadas.
- ✓ Tema3.-
  - Entorno de mergullo.
  - Planificación de mergullo.
  - Buceo dende barco.
  - Resolución de problemas.
  - Anticipo da inmersión en augas confinadas.



# Club do Mar Cariño

- Técnicas xerais en augas abertas.
- Inmersións en augas abertas 1 e 2.
- ✓ Tema 4.-
  - Accesorios de mergullo.
  - Saúde para mergullar.
  - Respirar aire a profundidade.
  - Tablas e ordenadores de mergullo (Introducción).
  - Anticipo da inmersión en augas confinadas.
- ✓ Tema 5.-
  - Procedimentos especiais para as tablas e ordenadores de mergullo.
  - Uso dun ordenador de mergullo.
  - Navegación básica con brújula.
  - Cuestionario de evaluación de cursos PADI.
  - Continuar as túas aventuras de mergullo.
  - Uso de planificador de inmersións recreativas (Continuación).
  - Anticipo da inmersión en augas confinadas.
  - Inmersións en augas abertas 3 e 4.
  - Inmersión opcional en apnea.
  - Resumo das prácticas de mergullo seguro.
- ✓ Tema 6.-
  - Os fundamentos do ordenador de mergullo.
  - Usando o teu ordenador.
  - Elixir o teu ordenador

## Lugares de impartición:

- A parte teórica se desenrolaría nas dependencias que habilitasen a tal fin.
- A parte de Augas Confinadas nunha piscina a concretar ou no mar en Cariño.
- A parte de Augas Abertas no Mar en diferentes puntos da costa do Concello de Cariño.

As datas de celebración vanse concretar ó longo do ano, de xeito que os contidos teóricos se desenvolverán conxuntamente no aula habilitada a tal fin e os contidos



# Club do Mar Cariño

prácticos nas semanas seguintes (5 Alumn@s Augas Confinadas "Piscina/Mar" e 5 Alumn@s en Augas Abertas "No Mar").

## Duración Horas:

- Formación Teórica:

Na primeira semana (Sábado/Domingo):

Primeiro día do curso faremos unha presentación do mesmo onde os alumn@s achegaran a documentación solicitada e completaran a documentación que se entregue, co fin de tramitar o seguro e a documentación pertinente. Facendo unha explicación dos contidos a tratar e a planificación do curso. (Horario a determinar => duración 1 hora)

- ✓ Nos días seguintes se completarán os contidos teóricos.

(Horario a determinar => duración 4/6 horas)

O último día se facerá una proba escrita para avaliación dos coñecementos teóricos acadados.

- Formación Práctica:

Nos días seguintes (Sábado/Domingo en grupos de 5 persoas):

(Horario a determinar => duración 4/6 horas)

Un día de augas confinadas (Piscina/Mar), no cal todol@s alumn@s realizarían as prácticas das habilidades de aprendizaxe cos equipos de mergullo na piscina ou no mar en grupos de 5 persoas.

Prácticas de Augas Abertas, no mar (Zona de Cariño), no cal todol@s alumn@s realizarían as prácticas das habilidades de aprendizaxe cos equipos de mergullo no mar en grupos de 5 persoas.



# Club do Mar Cariño

## Custo da Actividade:

No curso están incluídos todos os materiais didácticos escritos necesarios para a realización do mesmos, así como todos os materiais de mergullo para a realización das prácticas tanto na piscina como no mar, que serán aportados por Buceo Ferrol.

Tamén @s alumn@s estarán cubertos en todo o curso, por un seguro que os cubre durante a duración do mesmo, nas actividades propias do curso.

O custo a desembolsar por alumn@ será de:

**395€ Socios e 445€ Non Socios**, os grupos serán de 10 persoas.

O importe será ingresado previo o comezo do curso.

Datos Bancarios:

ES87 2080 0229 1330 4000 3472 ABANCA Cariño

concepto: (Nome alumno)-Curso mergullo



# Club do Mar Cariño

## Titulación do Instructor:

Actualmente a persoa que vai impartir a totalidade do curso é un Instructor con ampla experiencia en mergullo recreativo, realizando esta actividade dende o ano 1986; coa titulación habilitada para impartir cursos de Mergullo como Instructor Open Water Diver, certificado por PADI co Número 316131, con estado de Docencia Activo en todo o mundo, con seguro vixente durante a duración do curso.

**ENRIQUE OCAMPO BECEIRO**



**PADI No. 316131**  
**Cert. Date 23-Feb-2013**

**Visit Pro Chek at**  
**[www.padi.com/prochek](http://www.padi.com/prochek)**  
**to view current renewal**  
**status information.**

This qualification meets ISO 24802-2: Instructor Level 2 Standard  
PADI, The Pavilions, Bridgwater Road, Bristol BS13 8AE, UK

Cariño, a 8 e Decembro do 2018.-

Santiago Pellit Ramil  
Presidente Club do Mar Cariño