



TUFFI in ASSETTO COSTANTE

TECNICHE DI COMEPNSAZIONE

Piscina Termale Profonda Y-40

26 FEBBRAIO 2023

Ciao a tutti, ecco il programma delle sessioni in assetto costante del **26 febbraio 2023**.

Le sessioni sono aperte agli allievi di qualunque livello per tuffarsi seguiti dagli istruttori. Le uscite si faranno presso la piscina termale Y-40, a Montegrotto Terme (PD), in via Catajo, 42 che dista circa due ore e mezza da Milano. Y-40 è un impianto provvisto di una vasca a profondità variabile, fino a -42mt di profondità riempita con acqua termale a 37°. Ci si può immergere senza la muta e i piombi. Le sessioni in acqua dureranno 90'. L'ingresso sul piano vasca è previsto 30' prima di ogni sessione.

DOMENICA 26 FEBBRAIO 2023. Appuntamento ore 11.30 in piscina (si raccomanda la puntualità); si terranno 2 sessioni di assetto costante, una dalle ore 13,30 alle 15.00 (con ingresso sul piano vasca alle 13.00) e una dalle 16:00 alle 17:30 (con ingresso sul piano vasca alle 15.30).

ISCRIZIONE e CONTATTI: tutti coloro che desiderano partecipare devono iscriversi on Line al seguente link: <https://forms.gle/xtHrxQsa2q1zrJwa6> (i posti sono limitati e vengono assegnati **in base all'ordine di arrivo delle iscrizioni perfezionate**).

Ecco come si perfezionano le iscrizioni: una volta che vi siete iscritti on line la segreteria provvederà a verificare la disponibilità. Se il posto è disponibile vi chiederà di confermare il posto effettuando il versamento della quota. Solo dopo che la segreteria avrà ricevuto la copia del versamento, l'iscrizione si considera perfezionata. Per ogni info, si può contattare anche il 349 6648914.

Ogni allievo, dopo essersi iscritto con le modalità di cui sopra a ClubApnea **dovrà completare il modulo di consenso informato (e il modulo COVID), direttamente dal sito www.y-40.com**. Tale compilazione è **obbligatoria** per poter accedere in vasca. Durante la registrazione ci sarà un'opzione da indicare, dovrete mettere **"vengo con il mio istruttore"** e sapere la data del vostro certificato medico (poiché anche questa va inserita). Chi avesse già un brevetto, dovrà indicarne gli estremi, per cui tenetelo a portata di mano. Y40 richiede altresì copia del certificato medico sportivo agonistico in corso di validità, che è necessario quindi portare con voi. Poiché le operazioni di iscrizione sul sito/compilazione dei moduli richiedono tempo raccomandiamo di effettuarle il giorno prima o comunque in tempo utile per non ritardare l'inizio delle attività poiché lo staff ha l'obbligo di rispettare gli orari di ingresso in vasca e non potrà attendere eventuali allievi in ritardo.

ATTREZZATURA CONSIGLIATA: calzari, pinne, maschera, aeratore (consigliabile una maschera di scorta) e **profondimetro**. Si segnala che quest'ultimo è obbligatorio. Chi non lo avesse, può noleggiarlo presso l'impianto, **al costo di 5 euro**. Consigliamo di portare una bottiglia di acqua da appoggiare a bordo vasca per idratarsi durante le sessioni.

QUOTE DI ISCRIZIONE: il costo è di 125 € per 2 sessioni. Le quote si versano allo stesso IBAN utilizzato per il corso/mantenimento, con Causale "Y40, data + nome e cognome". In caso di rinuncia dopo avere confermato (nei modi di cui sopra) la quota di iscrizione non è ripetibile, né l'iscrizione è cedibile ad altri utenti.

MEMO: ricordiamo a tutti che per poter effettuare le uscite a Y40 serve **copia** del certificato sportivo agonistico per attività subacquea, da portare con sé poiché l'impianto ne trattiene copia.