



USCITE DI APNEA IN ASSETTO COSTANTE

CAPO NOLI – LIGURIA 2026

(sessioni didattiche e sessioni di allenamento in assetto costante)

Ciao a tutti, ecco il programma delle uscite in assetto costante di ClubApnea.

L'appuntamento è aperto sia agli allievi che devono fare le uscite per conseguire il brevetto, sia a coloro che vogliono allenarsi in assetto costante, guidati dallo staff di ClubApnea.

Le uscite si faranno a Noli (SV).

- **DOMENICA 10 MAGGIO 2026**
- **DOMENICA 31 MAGGIO 2026**
- **DOMENICA 21 GIUGNO 2026**
- **DOMENICA 20 SETTEMBRE 2026**

Il punto di incontro sarà nella spiaggia davanti all'Hotel Capo Noli a Noli, alle ore 9.30**

**** (NB: l'orario di incontro potrebbe subire variazioni in base alle esigenze organizzative)**

Nei giorni indicati si terranno 2 sessioni di assetto costante, una al mattino e una al pomeriggio, con una pausa pranzo/riposo tra l'una e l'altra.

Si ricorda che nei corsi (OPEN, ADVANCED, ecc.) sono incluse complessivamente **quattro (4) sessioni di tuffi**. Tali sessioni si svolgono nell'ambito di due (2) giornate in mare, ciascuna delle quali prevede lo svolgimento di due (2) sessioni. Non è obbligatoria la partecipazione a tutte le date fissate, purché si raggiunga un totale complessivo di quattro (4) sessioni, comprese eventuali sessioni già effettuate in precedenti immersioni.

Le uscite in mare dovranno essere completate entro e non oltre un (1) anno dalla conclusione del corso in piscina. Si raccomanda pertanto ai partecipanti di pianificare con adeguato anticipo la partecipazione, evitando, ove possibile, di posticipare alle ultime date disponibili

"ATTENZIONE: Si precisa che, per gli allievi che devono completare il corso, le suddette sessioni sono incluse nel costo del corso stesso e, pertanto, non è richiesto alcun versamento aggiuntivo. Diversamente, per gli allievi che intendono partecipare alle uscite a scopo di allenamento (c.d. 'Uscita Ludica'), sarà necessario corrispondere la relativa quota di iscrizione, come indicato nella sezione successiva denominata 'Quota di Iscrizione'."

Il programma potrà subire variazioni in funzione delle condizioni meteo marine e della programmazione delle sessioni (tra cui annullamento della sessione e variazione su orari di incontro e punto di ritrovo); in ogni caso, ogni variazione vi verrebbe personalmente comunicata entro le ore 13 del giorno prima della data fissata, per cui, in assenza di diverso avviso, quanto qui stabilito è definitivo.

MODALITÀ DI ISCRIZIONE: ATTENZIONE, LEGGERE ATTENTAMENTE

Per procedere all'iscrizione, è necessario compilare gli appositi moduli Google disponibili anche sul nostro sito al seguente link: <https://www.clubapnea.org/sessioni-in-mare>, cliccando sul pulsante **"ISCRIVITI ORA"**.

Le iscrizioni saranno accettate **esclusivamente fino a 15 giorni prima della data dell'uscita in mare**. Anche se il modulo di iscrizione viene inviato automaticamente dopo la

compilazione del form, **LE RICHIESTE PERVENUTE OLTRE TALE TERMINE NON SARANNO CONSIDERATE VALIDE.**

Di seguito si riportano le date delle uscite con i relativi termini di iscrizione:

- **Uscita del 10/05/2026 – Termine di iscrizione: 26/04/26**
- **Uscita del 31/05/2026 – Termine di iscrizione: 17/05/2025**
- **Uscita del 21/06/202 – Termine di iscrizione: 07/06/2025**
- **Uscita del 20/09/2025 – Termine di iscrizione: 06/09/2025**

Per gli allievi che devono completare il corso sarà sufficiente compilare il modulo Google indicato sopra.

Per tutti coloro che partecipano alle uscite a scopo di allenamento (c.d. "Uscite Ludiche"), sarà necessario:

1. Compilare il modulo Google entro il termine di iscrizione indicato.
2. Inviare copia della ricevuta di versamento della quota di iscrizione all'indirizzo e-mail **segreteria@clubapnea.org**.

Il versamento dovrà essere effettuato sull'IBAN: **IT24M050345040000000001784**, intestato a Clubapnea, indicando nella causale: **"Sessioni mare + data + Nome Cognome"**.

Eventuali richieste di iscrizione pervenute con modalità o termini differenti non saranno considerate valide.

NOTA BENE: In caso di iscrizione a più giornate, sarà necessario compilare il modulo Google separatamente per ciascuna data scelta.

QUOTA DI ISCRIZIONE: la quota di iscrizione per gli allievi che si allenano (uscita ludica) è di 120 euro per 2 sessioni (nella stessa giornata).

Nel caso in cui un allievo possa fare 1 sola delle 2 sessioni nella singola giornata, la quota è di 70 euro e occorre verificare preventivamente la fattibilità, per iscritto, all'email della segreteria.

DISISCRIZIONI: Una volta che ci si è iscritti sarà possibile annullare l'iscrizione **entro e non oltre 7 giorni prima della data dell'uscita**, inviando una e-mail alla segreteria all'indirizzo (segreteria@clubapnea.org).

In caso di **mancata** partecipazione alle sessioni senza preventiva comunicazione entro i termini previsti alla segreteria, per qualunque motivo, **le stesse si intendono egualmente fruite**. L'iscrizione è nominativa e personale; non è cedibile ad altri allievi o "spostabile" da una giornata all'altra

In caso in cui l'utente, iscritto alle suddette sessioni in acque libere, non si presentasse al mare (senza avviso entro i termini), lo stesso potrà comunque frequentare le sessioni successive (sempre entro 1 anno dalla fine del corso) ma a pagamento (vedi "QUOTA DI ISCRIZIONE").

ATTREZZATURA CONSIGLIATA:

- Muta di spessore non inferiore a 5 mm
- Calzari e pinne
- Cintura con pesi (4 kg)
- Maschera e aeratore (consigliabile una maschera di scorta)
- Asciugamano
- Cappellino, giacca a vento
- Acqua da bere (bottiglia da almeno 1 lt) per giornata

INFO PER IL VIAGGIO: Noli si raggiunge da Milano tramite Autostrada Milano-Genova direzione Savona, uscita Spotorno.

Poi proseguire direzione Noli. Attraversando il paese con il mare sulla sinistra, troverete l'hotel Capo Noli. (<https://maps.app.goo.gl/jJqdcWT95DaZyZK98>)

Da Milano a Noli sono poco meno di 190 km e occorrono circa 2 ore e mezza di viaggio.

Consigliamo di lasciare l'attrezzatura davanti all'ingresso dell'hotel Capo Noli (dove c'è la sbarra) e poi parcheggiare. Raccomandiamo di calcolare che serve il tempo per parcheggiare, per evitare ritardi, poiché l'attività avrà comunque inizio nell'orario concordato (non sarà quindi possibile attendere, in caso di ritardi).

L'attività inizierà all'orario concordato e non sarà possibile attendere chi eventualmente arrivi dopo.

LOGISTICA: l'ingresso in mare si terrà partendo dalla spiaggia (senza gommone). Sosteremo nella spiaggia davanti all'Hotel Capo Noli:

VARIE: il costo dell'ingresso in spiaggia e dell'uso delle docce calde (dei Bagni Capo Noli) è di **7 euro ad allievo.**

La quota di ingresso è obbligatoria poiché non sostiamo sulla spiaggia libera ed è indipendente dall'utilizzo o meno delle docce.

La quota verrà raccolta dall'istruttore prima dell'inizio dell'attività.

Nel caso si voglia fruire di ulteriori servizi eventualmente messi a disposizione dall'Hotel (bar, pernottò o altro) consigliamo di contattare l'Hotel preventivamente, per chi fosse interessato.

INFO E CONTATTI CLUBANEA: per tutte le info in merito all'attività di apnea siamo disponibili al WhatsApp del 349 6648914 o all'email segreteria@clubapnea.org

MEMO per poter effettuare le uscite al mare gli allievi devono avere **il certificato sportivo agonistico, per attività subacquea, in corso di validità**. Invitiamo tutti a ricontrollarne per tempo la scadenza.

I link di iscrizione alle sessioni sono pubblicati sul sito:

<https://www.clubapnea.org/sessioni-in-mare>

Vi invitiamo a visitare il sito periodicamente per restare informati.