

CURS DE BUSSEIG DE TARDOR - ORGANITZA: C.R.I.S.

El curs de busseig B1E, et permet fer immersions fins els 25 metres sense entrar en temps de descompressió.

El títol B1E FECDAS-CMAS és internacional



CMAS acredita al alumne que ha aprovat el curs, a bussejar per tot el món.

Preu - Què inclou?

Curs B1E preu: 380 €

Inclou: material docent: llibre i taules descompressió.

Material "pesat": vestit neoprè, ploms, armilla hidrostàtica, ampolles, regulador + octopus i manòmetre.

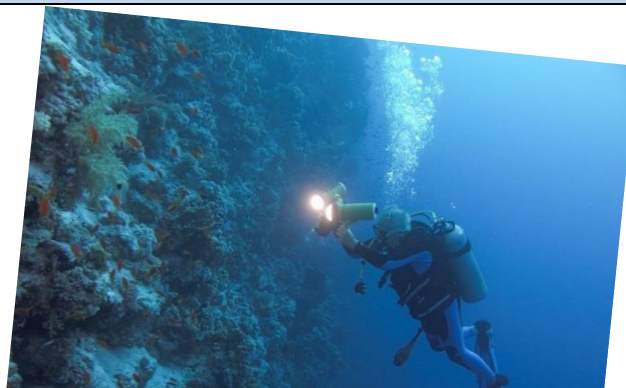
Assegurança federativa i títol internacional.

Quota C.R.I.S. 2024 i tramitació títol.

Inclou: la revisió mèdica, a **CRIS-UTH** del Hospital Broggi

També **inclou:** Kit material del alumne: ulleres, aletes, tub, escarpins, guants. (que si es vol, es pot adquirir a preus especials pel curs).

<https://cris.barcelona>



Dates del CURS: INICI dia 21 d'Octubre

Teòriques: 21 a 25-examen (de 20 a 22 h)

Aula: FECDAS (zona fòrum)

Piscina: 26 i 27 /Oct. – (Sant Adrià)

Mar: dia 2 / Nov. – Zona Fòrum (Barcelona)

Mar dia 3 / Nov. – Sant Feliu Guíxols

Tel. INFOCURSOS: 624 430 268





Des de 1954: 70 aniversari

Moll de la Vela, 1 (Zona Fòrum) | 08930 Sant Adrià de Besòs | Tel. Infocursos: 624 430 268 - Secretaria: 625.435.047
e-mail: cris@cris.es – <https://cris.barcelona>

TEMARI TEÒRIQUES

TEMA 1) Primer contacte amb l'aigua

- Equip lleuger/equip complet
- Temperatura de l'aigua / vestit de busseig (neoprè)
- Flotabilitat – Negativa – positiva – neutre – funció del llast de plom i de l'Armillà hidrostàtica.
- Visó sota l'aigua /llum natural – artificial / visibilitat.
- Comunicació entre bussejadors / les senyals.

TEMA 2) Escafandre autònoma

- Ampolla – Aixetes, tipus / Regulador: 1^a etapa / 2^a etapa
- Manòmetres / “Octopus” / connexió alimentació armilla
- Armilla hidrostàtica: funcionament /variació flotabilitat /ancoratge amb l'ampolla

TEMA 3) Efectes del canvi de pressió

- La pressió a l'aigua / canvis de pressió / volum
- Efectes del canvi de volum a l'organisme
- L'oïda / compensar /sinus
- Pulmons / com respirar
- Canvis de volum a l'equip del bussejador

TEMA 4) Limitacions per respirar aire a pressió

- Química de la dissolució del gasos a l'organisme / pressions parcials / narcosis
- Velocitat d'ascens / perfil recomanable de la immersió
- Malaltia per descompressió

TEMA 5) Taules de descompressió

- Corba de seguretat / límit de la descompressió
- Tipus de immersions: simple, successiva, continuada
- Maneig de les taules / interpretació
- Equip per controlar la immersió: rellotge, profundímetre, maneig taules
- L'ordinador de busseig
- Accessoris variis

TEMA 6) Consells y recomanacions

- Busseig sostenible
- Respecte al medi aquàtic
- Fragilitat de l'ecosistema



Des de 1954: 70 aniversari

Moll de la Vela, 1 (Zona Fòrum) | 08930 Sant Adrià de Besòs | Tel. Infocursos: 624 430 268 - Secretaria: 625.435.047 |
e-mail: cris@cris.es – <https://cris.barcelona>

EXERCICIS DE PISCINA I MAR

SOBRE LES PRÀCTIQUES) Exercicis que aprendràs amb el teu instructor

- Tècnica del busseig
- Passos per posar-nos l'equip: muntar l'armilla sobre l'ampolla i muntar regulador
- Control de la pressió d'aire de l'ampolla
- Revisió final abans d'entrar a l'aigua
- Briefing de la immersió: característiques del lloc, instruccions i planificació
- Entrada a l'aigua
- A la superfície de l'aigua, en flotació, el tub respirador.
- El descens, control del temps, fondària i la pressió de l'ampolla
- Control de la flotabilitat variable.
- Comunicació entre bussejadors: Practicar les senyals
- Millor posició sota l'aigua, l'equilibri en el fons, flotabilitat neutra.
- La respiració
- La respiració amb l'octopus / compartir regulador
- Control del temps, fondària i reserva d'aire / final de la immersió
- Control de la tabla de descompressió o del ordinador de busseig
- Ascens a superfície, velocitat límit, parada de seguretat, boia senyalització.

L'aprenentatge del busseig, es basa en repetir **TANTES VEGADES COM CALGUI**, tots aquests exercicis i tècniques **FINS QUE SURTIN BÉ.**

És la millor manera de que al final del curs, estiguem preparats per fer immersions segures i gaudir del medi aquàtic que tantes satisfaccions ens donarà.

Aquest curs, vist sobre el paper, pot semblar feixuc, però és el curs més segur per **APRENDRE A BUSSEJAR**. Nosaltres, al **C.R.I.S.**, desconfiem dels cursos de tres o quatre dies que, s'imparteixen ràpid i abreujats per fer-ne molts, nosaltres no som una empresa que necessita fer diners. Volem socis de Club que gaudeixin amb seguretat de les immersions que proposem pels caps de setmana amb els amics, companys de busseig.

I que quan surtis de viatge a llocs on no has estat mai, amb companys que no coneixes, puguis fer una immersió **SEGURA** amb els coneixements adquirits en el nostre curs.

I si t'agrada aquest esport, a l'escola del **C.R.I.S.**, podràs continuar el teu perfeccionament amb els cursos de dues i tres estrelles que, amb el pas a Instructor, et donaran la estupenda oportunitat de exercir la docència, una experiència fantàstica, si resulta ser la teva vocació.

Programa basat en llibre de la FECDAS "**CURS B1E**", totalment coincident amb la nostra experiència i en l'abundant bibliografia que disposem a la nostra biblioteca del **C.R.I.S.**