



# PESCA IN APNEA

Formazione ed allenamento, con rilascio di brevetto agonistico Fipsas

Sebastiano Pesci, Mauro Sanvito

## TEORIA

- ❖ Attrezzature
- ❖ Morfologia e tipi di fondale
- ❖ Nozioni di marineria
- ❖ Tecniche di pesca in mare
  - La pesca in tana
  - La pesca all'aspetto
  - La pesca all'agguato
- ❖ Tecniche di pesca in lago
- ❖ Tecnica varie di pesca
  - in caduta;
  - nei blu;
  - nelle dighe foranee e grandi franate;
  
- ❖ Correnti, moto ondoso
- ❖ Sicurezza in mare, prevenzione degli incidenti
- ❖ Elementi di Fisica e fisiologia dell'apnea
- ❖ Elementi di pronto soccorso
- ❖ La carta nautica, gli strumenti, le mire
- ❖ L'allenamento e la preparazione fisica del pescatore
- ❖ Alimentazione
- ❖ Gare, leggi, regolamenti
- ❖ Pesca in coppia

## PISCINA in 6 allenamenti

- ❖ La pinnata, la capovolta, tecnica
- ❖ Allenamento

## MARE E LAGO

- ❖ Tecnica e applicazioni

Per informazioni: pesca in apnea 335 62 21 413

Costi: 150 euro

Per iscrizioni: [apneamilano@hotmail.it](mailto:apneamilano@hotmail.it) [nuotopinnato@hotmail.it](mailto:nuotopinnato@hotmail.it)

