

il futuro  
è qui

quinordest.it WebTV

quinordest.it



Venerdì, 16 Febbraio 2007

## Sommozzatori: inizia il corso di apnea

ADRIA - Bommole ma non solo. Visto il grande interesse che sta suscitando la subacquea, il Delta sub Adria organizzerà a partire da lunedì un corso di apnea di 1° grado in collaborazione con il "Gruppo Sommozzatori Monselice". Non solo quindi corsi di immersione con l'utilizzo di autorespiratori. Questa volta il club si cimenterà in una specialità dove le tecniche di rilassamento e di respirazione sono basilari per ottenere risultati. L'apnea infatti è, prima di tutto, una disciplina in cui la componente mentale ed il rilassamento sono più importanti della componente fisica. La mente infatti va allenata quanto e più del corpo. Per molti questo rappresenterà un cambiamento radicale del modo di pensare e fare sport. Nell'immersione in apnea il centro dell'interesse è l'uomo con le sue sensazioni e poi il sommerso. Un modo diverso di vivere l'immersione dove sensazioni ed emozioni hanno un ruolo prioritario rispetto alle meraviglie del mondo sommerso. In sintesi, come dice Umberto Pelizzari, pluricampione mondiale di immersione in apnea, "il sub s'immerge per guardare. L'apneista per guardarsi dentro". Chi vuole perciò cimentarsi in questa affascinante disciplina può contattare lo 0426/900908 o la segreteria del Delta Sub al 333- 7343111.

Edizione del 16/2 : [I](#) [II](#) [III](#) [IV](#) [V](#) [VI](#) [VII](#) [VIII](#) [IX](#) [X](#) [XI](#)

Edizione Odierna : [I](#) [II](#) [III](#) [IV](#) [V](#) [VII](#) [VIII](#) [IX](#) [X](#) [XI](#)

### Prima Pagina

- ▶ Formato Grafico

### Edizione odierna

- ▶ Prima Pagina
- ▶ Alto Polesine
- ▶ Cultura & Spettacoli
- ▶ Delta
- ▶ Rovigo
- ▶ Sport Polesano
- ▶ Tutto Città

### Archivio arretrati

- ▶ Ricerca Online
- ▶ Richiedi numeri arretrati



### Rubriche

- ▶ Meteo
- ▶ RPO
- ▶ Cerca Casa
- ▶ Cinema
- ▶ Traffico
- ▶ Oroscopo

### Informazioni

- ▶ Il Gazzettino oggi
- ▶ La storia
- ▶ Le redazioni
- ▶ La pubblicità
- ▶ Abbonamenti
- ▶ Attività Promozionali
- ▶ Prodotti Editoriali



Cerca

il futuro  
è qui

**I GRANDI MAESTRI DELL'ARTE**



**VAN GOGH**

**OGNI GIOVEDÌ CON IL GAZZETTINO**

**IL GAZZETTINO**

Presenta

**CORSO PRATICO DI MICROSOFT OFFICE**



Ricerche di  
Personale

[Nazionale](#) [Bassano](#) [Belluno](#) [Udine](#) [Padova](#) [Pordenone](#) [Rovigo](#) [Treviso](#) [Venezia](#)  
[Vicenza](#)

[Il Gazzettino oggi](#) [La storia](#) [Le redazioni](#) [La pubblicità](#)

[Il Gazzettino On Line 1999 - Informazioni sul sito](#)

Il Gazzettino S.p.A. - Partita IVA n.  
02742610278