



Giornalino interno riservato ai soci del Club Subacqueo Scaligero

NUMERO 46 - SETTEMBRE 2017



# Squaligero®

## LA REDAZIONE

Che mese è? Settembre! Ebbene sì, siamo decisamente in ritardo. Cari Soci perdonateci; come tutti voi anche noi abbiamo una vita piena di impegni e per giunta anche bella incasinata! Vi avevamo promesso un'uscita trimestrale del nostro amato giornalino, ma ahimè, come potete constatare, non siamo riuscite a rispettare le scadenze. Ma non demoralizzatevi, eccoci qui! Siamo tornate con tante notizie, avvenimenti ed aggiornamenti sul nostro mondo sommerso... e non!

Prima di iniziare con la vostra lettura lasciateci salutare una nuova collaboratrice che si è aggiunta a questa redazione tutta al femminile. Diamo il benvenuto a **Barbara Galesso!** Nonostante il ritardo, anche per questo numero abbiamo raccolto moltissimo materiale. Speriamo possa rendere piacevole la vostra lettura e di non annoiarvi troppo! Se anche voi Soci avete voglia di raccontare e condividere con tutti noi i vostri viaggi, le vostre immersioni e.... chi più ne ha più ne metta, inviateci il materiale all'indirizzo

["redazione@clubsubacqueoscaligero.it"](mailto:redazione@clubsubacqueoscaligero.it).

Non preoccupatevi se non vi sentite il nuovo Dante o la nuova Jane Austen; l'importante è la vostra partecipazione ed il vostro contributo alla realizzazione di questo storico Giornalino del Club Subacqueo Scaligero! Non ci resta che ringraziarvi per il sostegno che ci date ed augurarvi una piacevole lettura.

Buone bolle a tutti!

La Redazione

Club Subacqueo Scaligero  
Strada la Rizza - 37135 Verona

[www.clubsubacqueoscaligero.it](http://www.clubsubacqueoscaligero.it)  
e-mail:  
[info@clubsubacqueoscaligero.it](mailto:info@clubsubacqueoscaligero.it)  
[redazione@clubsubacqueoscaligero.it](mailto:redazione@clubsubacqueoscaligero.it)



**PRENOTA LA TUA  
PROVA  
GRATUITA SUB**

Stanno per iniziare i **NUOVI CORSI** se sei interessato chiamaci al 3472301672 o mandaci una e-mail. **TI ASPETTIAMO!!!**

## Sommario:

LA REDAZIONE	1
IL PUNTO DEL PRESIDENTE	1-2
CORSO A.S.	2
MONDO APNEA-	3
BBC DINNER	4
DILEMMA DEEP STOP	5
EVENTI MONDANI	6-7
ABBIGLIAMENTO CSS	8-9
Y-40	10
RECENSIONE FILM	10
CORSO BIO 1	11
3° TROFEO CSS	12
BIOLOGIA MARINA	14
CAPODACQUA	16



## IL PUNTO DEL PRESIDENTE



Carissimi Soci, Amici e Simpatizzanti, grazie al grande lavoro della nostra redazione siamo riusciti a proporvi un nuovo numero dello "Squaligero".

All'interno di questo numero troverete tantissime notizie riguardanti cene, eventi e gite di Club e una leggenda con i prossimi e importanti appuntamenti.

Con la conclusione del corso estivo si è dichiarata chiusa la stagione corsi 2016 - 2017, il Consiglio Direttivo e tutto lo Staff Didattico sono già

all'opera per programmare tutta la stagione invernale futura con tantissime opportunità e novità per ognuno di Voi.

Uno su tutti la nostra presentazione corsi e attività di Club per l'anno 2017 - 2018, fissata per il 27 Settembre presso la nostra sede al Forte Azzano, con tantissime novità che vi andremo a presentare durante la serata.

Ringrazio tutto lo Staff didattico, Istruttori, Aiuto e Collaboratori a vario titolo, che hanno permesso di portare a termine i programmi di tutti i corsi iniziati, auspicando in una riconferma di collaborazione e di accrescimento per il prossimo anno.

Dobbiamo ricordare che nel 2018 il CSS festeggia i suoi "primi" 50 anni, pertanto sono previste importanti iniziative durante le quali avremmo bisogno sicuramente del vostro supporto tecnico e della vostra presenza. A breve avrete tutti i programmi dettagliati.

Il 16 Dicembre 2017 riproporremo la consueta cena di fine anno, che si terrà presso il Ristorante "Frassino" a Peschiera del Garda, con una importante appuntamento, il rinnovo del Consiglio Direttivo. Colgo l'occasione per ringraziare tutto il Consiglio Direttivo con un sentito grazie per il lavoro

(Segue a pagina 2)

(Continua da pagina 1) svolto in questi due anni e per aver messo a disposizione del tempo, affinché tutto quello organizzato procedesse al meglio con soddisfazione di tutti i partecipanti.

Grazie ancora di cuore; spero in una vostra ricandidatura per il prossimo biennio per poter così proseguire nel lavoro improntato in questi due anni. Ricordo a tutti i soci, compreso il Consiglio direttivo uscente, che a tempo debito sarà inviato il modulo per la presentazione delle vostre candidature, per chi desidera far parte del Consiglio direttivo per il futuro biennio 2017 – 2019.

Il Club Subacqueo Scaligero con questi presupposti vive di ottime condizioni per un futuro ricco di soddisfazioni. Di nuovo un sentito grazie a tutti Voi e un abbraccio virtuale.

*Domenico Ballarini*

## PROSSIMI APPUNTAMENTI

Www.clubsubacqueoscaligero.it

27 Settembre 2017  
presentazione **CORSI SUB** presso  
Forte Azzano ore 20.30

Club Subacqueo Scaligero asd  
Forte Azzano - Strada La Rizza, 65 - 37135 Verona  
Cellulare 338.3474826 - 347.2301672  
info@clubsubacqueoscaligero.it

## CORSO ASSISTENTE ISTRUTTORE



Il 21 Novembre 2016 è iniziato il percorso di formazione per quei volenterosi allievi che, finito l'iter didattico base, hanno voluto provare ad iniziare a mettersi in gioco per diventare magari un giorno Istruttori. Il corso di Assistenti Istruttori, ha un programma ben definito dalla Federazione e prevede una formazione sia in teoria, in bacino delimitato e in Acqua libera.

A differenza degli anni passati,

il percorso è cambiato, perché sono cambiati gli obiettivi formativi. Il nuovo Assistente Istruttore deve diventare un ottimo supporto didattico per l'istruttore che affiancherà, quindi deve sapere eseguire alla perfezione tutti gli esercizi di primo e secondo grado; in questo modo l'allievo potrà ascoltare la spiegazione dalla voce del proprio insegnante e vedere con i propri occhi come l'esercizio va eseguito. Quando si cerca di "fare comunicazione", insegnando qualcosa, la voce incide per meno del 10% sulla trasmissione dell'informa-

zione; è molto più efficace la vista e la memoria visiva. Ecco quindi che entra in campo l'assistente Istruttore!

Nella parte teorica stiamo affrontando temi come la sicurezza dei gruppi in acqua, la programmazione e la gestione delle immersione di gruppo. Facendo questo, i corsisti si mettono anche alla prova con tentativi di spiegazione di semplici argomenti di teoria di base, in modo che si abituino a parlare in modo corretto ed efficace davanti ad una piccola platea di persone.

A parte questi tecnicismi, devo

dire che il gruppo che si è formato mi appare molto affiatato e ben disposto ad imparare. La strada è ancora lunga, le difficoltà da affrontare sono molte e chi si credeva un buon subacqueo forse sta rivedendo le proprie convinzioni.

Non mi resta che continuare a lavorare con loro con la speranza che qualcuno di loro un giorno diventi veramente un buon Istruttore.

*Alessandro Caucchioli*



## MONDO APNEA: STAGE DI RANA IN IMMERSIONE



A Dicembre si è tenuto lo stage dedicato interamente alla comprensione della corretta tecnica da applicare al movimento della rana subacquea, due giornate organizzate dai nostri istruttori **Andrea, Massimo e Pietro** con, non c'è che dire, grandissimo successo. Inaspettatamente infatti, gli iscritti erano circa una ventina, provenienti anche da Parma e Reggio Emilia, ma nonostante ciò il tutto si è svolto in un ambiente di totale impegno e serenità.

Il programma svolto comprendeva tre parti ben distinte. La prima ha riguardato l'illustrazione dell'attrezzatura che meglio supporta il movimento della rana, come l'utilizzo di mute apposite e



pesi sotto forma di cintura o collarino, che permettono di annullare la spinta positiva causata dalla muta stessa. Successivamente, oltre all'esplicazione dei movimenti corretti da applicare alla bracciata e la gambata, sono stati svolti degli esercizi di stretching a secco, finalizzati a sciogliere la muscolatura della schiena, delle gambe e del bacino, attivando inoltre il diaframma. Infine, la parte più

significativa si è svolta in vasca, con esercizi mirati alla comprensione dell'esatta sequenza da applicare ai movimenti, la bracciata che sfila lungo il corpo, la gambata meno allargata così da sfruttare la massima spinta con il minimo sforzo.

Personalmente, ho percepito quest'esperienza come qualcosa di davvero prezioso per la mia formazione da apneista ed agonista, seppur nel mio picco-

lo, in quanto mi ha permesso di comprendere quanto lo stile della rana possa sembrare semplice all'apparenza, e quanto invece sia qualcosa di estremamente tecnico e complicato. Per questo motivo è la tecnica che preferisco, il suo essere una vera e propria sfida per me soprattutto ora che ho iniziato a scoprirne le reali difficoltà grazie agli insegnamenti che sto acquisendo nel tempo. Quindi devo dire che lo stage è stato qualcosa di assolutamente formativo ed interessante, nonché evento bene organizzato e congeniale per un principio di apprendimento di questo particolare stile.

*Ilaria Ponzin*



## NUCLEO DI PROTEZIONE CIVILE CSS



Quest'anno il nostro gruppo di Protezione Civile organizzerà, come per gli anni passati, il Corso di Orientamento e Navigazione, che si dovrebbe svolgere indicativamente nel mese di

[www.clubsubacqueoscaligero.it](http://www.clubsubacqueoscaligero.it) o la nostra pagina Facebook "SQUALIGERO anch'io!"

Altra cosa molto importante da sapere per chi fosse interessato, probabilmente nel mese di Ottobre - Novembre 2017 verrà organizzato un Corso per Operatori Subacquei di Protezione Civile, le date esatte e il luogo lo stiamo definendo. A questo corso potranno accedervi tutte le persone che hanno in possesso un brevetto di 3° AR o superiore. Le persone interessate a collaborare nella squadra di



Protezione Civile del CSS o ai futuri corsi possono contattarmi al numero 347.4224625 o scrivermi una e-mail

([pc@clubsubacqueoscaligero .it](mailto:pc@clubsubacqueoscaligero.it)) per avere maggiori informazioni.

*Beppe Giacomello*



Settembre 2017. Sarete informati al più presto per le date esatte e in ogni caso vi consiglio di consultare il nostro sito

## BBC DINNER



Ci sono momenti nella vita di un Club in cui tutti i suoi dirigenti ed istruttori devono alzare l'asticella e si devono porre l'obiettivo di dare sempre più QUALITÀ al lavoro svolto ed alle attività messe in campo per i propri soci. È per questo motivo che nei mesi scorsi è partita l'idea delle BBC DINNER, una serata "speciale" con una cena particolare fatta in sede, vedendo un film subacqueo con immagini straordinarie. E sulla scelta dei film è inevitabile cadere sulle produzioni della BBC (British Broadcasting Corporation).

Fondata il 18 ottobre 1922 come azienda privata, la British Broadcasting Company Ltd. è la società concessionaria in esclusiva del servizio pubblico radiotelevisivo nel Regno Unito ed è il più grande e autorevole editore radiotelevisivo del Regno Uni-

to con sede a Londra. Offre un servizio regolare di trasmissioni, servizi di informazione e produce anche propri programmi. Vero e proprio gioiello di questa realtà unica nel panorama mondiale, è la sezione BBC Nature che allinea tra le proprie file, straordinarie truppe di video operatori continuamente sparse in ogni angolo del mondo, nel cuore della natura. Ogni troupe è destinata ad un mini progetto, come ad esempio filmare l'accoppiamento di due Pesci Mandarin o rincorrere per mesi branchi di Megattere sulle loro rotte migratorie. Credetemi, per poter realizzare qualche minuto di girato, queste truppe sono in grado di stare mesi in mare alla ricerca della situazione ideale. Una volta realizzate le immagini, a Londra il materiale girato viene montato all'interno del grande progetto iniziale, realizzando collane di film unici per la loro qualità. Dal 1922 ad oggi sono centinaia le produzioni uscite, dal polo nord alle foreste pluviali, dai deserti



africani alle montagne più ostili, imprese dove straordinari video operatori hanno letteralmente messo a repentaglio la loro vita realizzando scene pazzesche. Queste immagini hanno fatto la storia della televisione e soprattutto alimentano da anni la sete di conoscenza ed il profondo rispetto per quella straordinaria e perfetta macchina che è la natura.

Commentatore d'eccezione nelle versioni in inglese è Sir David Attenborough, un divulgatore scientifico e naturalista britannico con una straordinaria voce e comunicatività al di fuori del comune. Fratello minore dell'attore e regista Richard Attenborough, David Attenborough è uno dei pionieri dei documentari naturalistici. Una collana memorabile uscita nei primi anni 2006 è stata PIANETA TERRA che nonostante il titolo, propose al suo interno una collana di 9 film davvero imperdibili per qualsiasi subacqueo. Dalle acque dolci ai mari tropicali, dagli abissi marini alle rotte per mangiare e riprodursi. Un'altra caratteristica che rende unici questi documentari è che tutte le colonne sonore sono ORIGINALI e sono composte da grandissimi autori ed arrangiate ed incise niente meno che dalla BBC Orchestra. A Dicembre è uscita una nuova

straordinaria collana stavolta in HD denominata PLANET EARTH II con le musiche del premio Oscar Hans Zimmer, autore di grandi successi come *Il Re Leone* ed *Il Gladiatore*.

Proprio perché oggi abbiamo a disposizione filmati davvero eccellenti era necessario secondo me, proporre delle serate in cui coniugare un buon piatto di pasta ed un film di qualità. Le occasioni per andare in sede sono sempre molte, ma questa è speciale, per le immagini proposte, per il menù prescelto, per l'atmosfera creata e per il dovere di far conoscere ed amare il mare a tutti i nostri nuovi e vecchi soci. È una missione che dobbiamo sempre tenere a mente nelle nostre attività e che ci insegna il valore della natura e di come avvicinarsi ad essa. A causa delle feste abbiamo dovuto stoppare il programma, che riprenderà a Marzo con 4 serate imperdibili. Vi aspettiamo tutti e se qualcuno avesse richieste particolari, vedremo di accontentarlo!



Gian Melchiori

## IL DILEMMA DELLA DEEP STOP



Mercoledì 1 Febbraio si è tenuto, presso la sede del nostro Club, un collegamento in diretta da Bristol con il Dott. Alessandro Marroni, fondatore ed attuale presidente del DAN Europe.

Il DAN (Divers Alert Network), lo ricordiamo, è una fondazione senza fini di lucro che assiste i subacquei in difficoltà tramite una rete internazionale di centrali d'allarme e di soccorso, e conduce anche ricerche scientifiche relative all'attività subacquea.

Proprio in merito a quest'ultima attività il dott. Marroni ha esposto i risultati di una ricerca effettuata di recente.

All'incontro hanno partecipato

tutti gli Assistenti Istruttori in formazione e gli Istruttori **Paolo Panarotto** e **Paolo Rossetto**. La serata, dal titolo "Economia e sicurezza della decompressione e dilemma della Deep Stop" è stata presentata da **Enzo Ferreri** e resa possibile, per la parte tecnica, grazie alla collaborazione del nostro Aiuto Istruttore **Stefano Leoni**.

Il dott. Marroni, ha inizialmente illustrato, con curiose foto ed immagini del passato, gli albori della nostra subacquea e l'evoluzione della decompressione; infine ha presentato i risultati ottenuti dall'analisi di 60.000 immersioni ricreative e dallo studio di immersioni recentemente effettuate da una ventina di volontari che si sono tuffati nella piscina Nemo 33 di Bruxelles, e nella piscina a noi più nota, Y-40 di Padova.

Ha proseguito quindi la sua

relazione illustrando alcuni grafici che riportano i risultati di questi test concentrandosi sui tempi di saturazione dei vari tessuti del nostro corpo, inserendo o meno una tappa ulteriore di sosta, arrivando alla conclusione che, certamente c'è ancora molto da studiare, (il 60% circa delle MDD analizzate non erano meritate, ovvero erano state seguite tutte le procedure di sicurezza) ma resta comunque fondamentale continuare a seguire alcune indicazioni per diminuire la formazione di bolle.

Tra questi consigli da seguire ricordiamo: curare la propria forma fisica, astenersi dal fumo e dall'alcol (almeno prima dell'immersione), mantenere una buona idratazione prima ma soprattutto dopo l'immersione, un'alimentazione sana e ricca di antiossidanti ed infine mangiare cioccolata

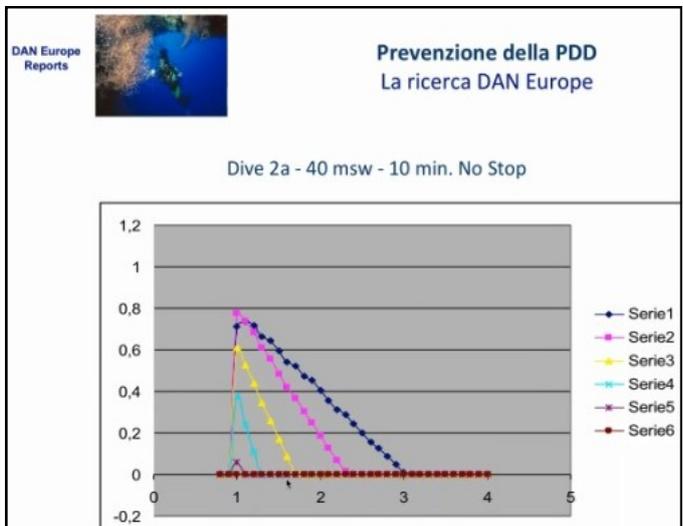
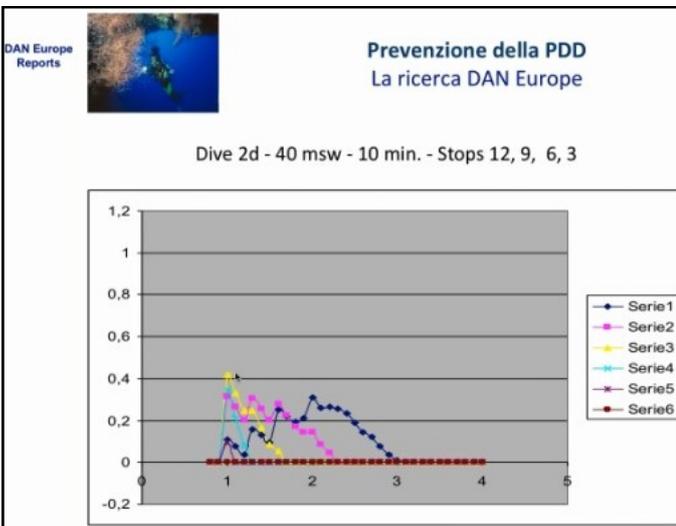
fondente (che non fa proprio bene per chi è a dieta) perché produce monossido di azoto che lubrifica le pareti dei nostri vasi sanguigni, riduce le infiammazioni e la possibilità che si formino bolle, ma soprattutto il rispetto dei protocolli di risalita.

La serata si è conclusa gustando un ottimo piatto di spaghetti alla puttanesca preparati dal nostro **Marco Pajola**.

Per chi desiderasse approfondire maggiormente l'argomento può consultare il link <http://www.simsi.it/2016/11/24/deep-stop-la-sosta-profonda-defunta>, o visitare il sito del DAN Europe.

Per chi fosse interessato il SIMSI raccoglie le adesioni alle numerose conferenze che si terranno all'EUDI show 2017 dal 4 al 6 Marzo presso la fiera di Bologna.

*Barbara Galessio*



**NAUTICA MARE**  
sea passion since 1979

Attrezzature Subacquea ARA e APNEA  
Ricarica bombole aria e miscele  
Noleggio attrezzatura

Nautica Mare srl di Canossa  
Via Verona, 15 - 37042 Caldiero (VR) - Italy

MADE TO DIVE

www.coltrisub.it

**COLTRI-SUB**  
www.coltrisub.it

AEROTECNICA COLTRI S.p.A.

- EQUILIBRATORI
- EROGATORI
- STRUMENTI
- BOMBOLE
- RUBINETTERIE
- MUTE
- GUANTI
- CALZARI
- CAPPUCCI
- MASCHERE
- AERATORI
- PINNE
- TROLLEY
- BORSE
- COLTELLI
- LAMPADE
- BOE
- MULINELLI
- PALLONI
- DI SOLLEVAMENTO
- ACCESSORI

## SAN MARTINO TRA BRISCOLA E CASTAGNE ... CON RIVINCITA!



In un clima gioioso e scherzoso come ogni anno nella serata di sabato 12 Novembre si è svolta la

Briscola di S. Martino.

Le coppie in gara sono state formate seguendo un sorteggio modello Champions League. Il torneo inizia e già scorre il buon torbolino ed il profumo delle caldarroste si sente fin dai bastioni del forte.

Eliminazione dopo eliminazione siamo arrivati alla partita finale che è stata vinta dalla coppia formata da **Marco e Paolo**, che per pochi punti hanno strappato la vittoria alla coppia **Carlotta** e nonna **Iliana**. La serata è trascorsa in

amicizia, uno spettacolo sentire parlare di strumentazione subacquea e di prove in acqua sorseggiando il vin torbolin. Incredibile vedere i gusci delle castagne usati come punti di riferimento per immersioni in secca e punti di riferimento per l'orientamento.

I soci del club scaligero in ogni occasione parlano di subacquea e sanno sempre divertirsi! Gli sconfitti hanno pensato bene di chiedere la rivincita, e nella serata di sabato 11 Febbraio si sono aggiunti altri soci, vecchi e nuovi al torneo.

Ancora una volta, coppie agguerrite hanno combattuto le partite fino all'ultimo punto, in un clima festoso accompagnato da qualche altro buon bicchiere di vino, arachidi e stuzzichini vari. La finalissima, sostenuta con un tifoseria da stadio, ha visto salire sul podio ancora una volta l'imbattibile **Marco** in coppia questa volta con **Nicola** ed al secondo posto nonna **Iliana** in coppia con **Paolo**.

Al termine i 4 finalisti si sono suddivisi il ricchissimo premio gentilmente offerto dal Club. Che dire, aspettiamo con gioia la prossima gara di briscola sperando di essere sempre più numerosi! Cari soci vi aspettiamo!

*Sabrina Simoncelli*



## CENA DI NATALE 2016



Ciao a tutti socie e soci! Chi, se non io, vi può raccontare la cena di Natale?

Mi hanno coinvolto per scrivere i nostri ricordi ed eccomi qui! Sono **Alessio Ferron**, il "padrone di casa" e per quanto mi riguarda è stata una sera meravigliosa. Tutto è iniziato alle 17 con i preparativi della band, poi piano piano è iniziata la serata, culminata con la lotteria, che quest'anno a me è andata un po' magra visto che sono venuti in tanti a chiedermi di comprargli i biglietti e quindi ho perso il mio fluido magico...risultato? Ho vinto solo il 2° premio della lotteria dei soci, un bell'erogatore! Il fluido quest'anno l'ho regalato alla mitica **Patrizia Calandra**. I soci iniziano ad arrivare, ad ognuno viene consegnata una copia del giornalino del Club e un biglietto della lotteria dei soci da utilizzare dopo. **Eleonora Speri, Paolo Ponzin,**

**Ilaria Ponzin e Nicoletta Muzzolon** come sempre sono i segretari solerti e precisi che durante questa serata hanno curato tutta la parte "burocratica".

Per ingannare l'attesa e aspettare gli ultimi ritardatari, si parte con il buffet: salumi, pessin de risara fritto, verdure pastellate e un buon prosecco e la serata ha inizio.

Tra una portata e l'altra, un bicchiere di vino bianco e uno di rosso e prima della famosa lotteria del club è andato in scena il classico show del nostro mitico **Gian Melchiori**,

*(Segue a pagina 7)*



(Continua da pagina 6) che ha interpretato uno stravagante professore proveniente dal sud, che ci ha allietato con il racconto del ritrovamento di un bronzo di Riace di tutto rispetto, el mitico **Bondu**: ma l'abbiamo scoperto solo dopo che il lenzuolo, con cui il con cui il "bronzo" era coperto, è stato tolto, sorprendendo tutti e concludendo lo sketch tra risate divertite.

Ed ecco il clou della serata, la lotteria. Le vallette e i valletti iniziano a girare tra i tavoli per vendere i biglietti. Tutto pronto, la tavola ci aspetta imbandita di premi subacquei: si parte, **Gian Melchiori** coadiuvato dal presidente **Domenico Ballarini** e da **Valentino Frigo** estraggono numeri a più non posso: chi vince una boa, un coltello, magliette e accappatoi del club... si va veloce fino ai 3 petardi finali!

Finito questo turbinio di vincite eccoci con un altro evento spettacolare: la nostra **Deep Blue Fever Band** che suona, con **Riccardo Fiorentini** alla tastiera, **Massimiliano Gyurus** alla batteria, **Carlo Pedrazzi** al basso, **Andrea Cremonese** alla chitarra e **Vanessa Pollacchini** "the voice": bravissimi e bellissime le canzoni suonate.

La serata si conclude verso le 3:00 ci beviamo l'ultimo caffè con il classico resentin, vengono smontati tutti gli strumenti e caricati in macchina e poi via nella nebbia aspettando il prossimo anno!

Spero che mi ritorni il fluido, ci avevo preso gusto nel vincere tante belle cose!

E grazie a tutti per la splendida serata!

*Alessio Ferron*

## CAPODANNO 2017



Se la subacquea ha come unità fondamentale la coppia, fuori dall'acqua mi viene da dire che il denominatore comune è recuperare le chiacchiere mancate in acqua e fare aggregazione.

Ormai da qualche anno faccio parte del Club e sempre con piacere partecipo alla cena di Capodanno. Il bello di questi eventi è che è un momento per ritrovarsi tutti in compagnia e frequentare persone che magari, al di fuori della subacquea, non avremmo occasione di conoscere. È il momento per condividere spazi, parole, luci di festa, un bicchiere di vino, qualche sorriso e scatenarsi a ballare fino a mattina.

Permettetemi una riflessione, che da tanto mi gira per la testa e vuole essere condivisa con voi: i momenti di aggregazione più riusciti, secondo me, sono quando ognuno di noi porta le proprie passioni e peculiarità per dare ricchezza al CSS.

Così è nata la ScubaBand, oggi Deep Fever Blue Band, così la base va avanti, così si organizzano le serate, le uscite, così esce il giornalino, così si dà vita alle gare di apnea, così si sfama la popolazione di subacquei che ruota intorno a Forte Azzano.

Per salutare il 2016 la nostra cucina si è impegnata davvero tanto: all'arrivo come sempre abbiamo trovato un bell'aperitivo e le tavole apparecchiate con grande cura e un immancabile tocco di rosso, portafortuna.

Un grazie ai nostri sempre presenti Chef, **Anna Maria Stanghellini**, **Domenico Ballarini**, **Marco Paiola** e **Roberta Canale**: ci hanno allietato il palato con un menù ottimo! Un bell'antipasto con polenta, funghi e salame, un bis di primi, il classico arrosto in due varianti accompagnato da tanta verdura e infine il protagonista per festeggiare l'arrivo del 2017: un goloso pandoro con la crema e tanto spumante!

Baciarsi tutti dopo il conto alla rovescia ha impiegato un po'

di tempo... ci ha preparati a continuare con l'allegria. Sempre presente **Domenico** come DJ per balli sfrenati, mentre i più "tranquilli" hanno proseguito con mandarini e carte da gioco. Non poteva chiudersi la serata senza il cotechino e le lenticchie.

Per i più temerari la serata si è trasformata in notte e poi mattina del 1° gennaio da festeggiare insieme, anche con il compleanno del nostro socio **Marco Deidoné**.

È sempre un piacere salutare il vecchio anno e accogliere quello che verrà in compagnia dei sub... l'augurio è che i soci siano sempre più numerosi a festeggiare!

In ritardo... buon 2017!

*Carlotta Grigoli*





Polo bianca (logo nuovo) - 20 €



Scaldacollo - 7,50 €



Pantaloncino - 25 €



Portachiavi - 2 €



Cappellino - 7,5 €



Polo blu (logo CSS) - 18 €



Accappataio  
20 €



1968 V

Per qualsiasi  
inviare u  
all'indirizzo  
info@clubsubac  
o contattare  
tore vestiari



## PRIMA ESPERIENZA "DEL TUBO"!

A conclusione del percorso didattico iniziato a Novembre il Club ha organizzato una fantastica uscita alla piscina Y-40 a Montegrotto.

Tutti entusiasti di non rivedere ancora le solite 4 piastrelle della piscina, armati di costume, maschera ed infradito, ma con qualche ansia e timore nell'affrontare finalmente una profondità degna di essere chiamata immersione, ci siamo avviati verso Padova.

Qualche intoppo durante il tragitto ha rallentato la nostra avventura, chi in coda in autostrada, chi vagabondando per la "nutria street"... della terra di mezzo tra Vicenza e Padova finalmente, con un bel po' di ritardo, siamo riusciti a raggiungere la piscina.... ma non tutto il mal vien per nuocere ... dal ritardo accumulato non abbiamo dato il tempo all'ansia di prendere il sopravvento, in quattro e quattr'otto via la giacca e le scarpe e di corsa all'"outlet" a scegliere l'attrezzatura.

Tutti seduti in fila a bordo vasca, messi i piedi in ammollo e.... wow ....bella sorpresa... acqua caldissima. Già prometteva bene! Messa in spalla l'attrezzatura, formate le

coppie, un briefing veloce e tutti giù! Tra le bolle e l'acqua calda più che un'immersione sembrava di essere in una jacuzzi! Da bravi scolari siamo partiti tutti ordinati in fila per due, ma sul più bello ecco spuntare un paparazzo... come resistere al fascino di essere fotografati, tra pose improbabili e tentati sorrisi in un attimo è regnato il caos che i nostri severi Istruttori hanno sedato con un bel cazzatone! Ripristinato l'ordine, come il pesciolino Nemo avanzavamo ma come coppia scoppiavamo.... Sempre alla ricerca del proprio compagno e dell'assetto perduto dai 5 ai 10 metri l'immersione è volata, e come ogni prima volta.... Non si scorda mai! Ringraziamo i nostri istruttori Gian e Andrea, ed i preziosi assistenti Anna e Stefano per averci pazientemente sopportati ma soprattutto preparati al meglio per assaporare il piacere della profondità! Grazie i ragazzi del 1°!

*Elisa, Enrica, Elena, Enrico, Gigi e Loredana*



## RECENSIONE FILM: MAIDENTRIP



2 0 1 3  
Avventura/  
Documentario  
Regia: Jillian  
Schlesinger

Su Laura Dekker, protagonista assoluta di questo film, il web è pieno di notizie: non sto qui a tarmarvi con la sinossi di questo documentario che vi consiglio assolutamente di vedere!

Dico solo due curiosità su di lei: ragazza olandese, classe 1995. Nel 2010, dopo una battaglia legale che in Olanda, terra d'origine, ebbe molta risonanza, ottiene il permesso di fare il giro del mondo in solitaria sulla sua barca a vela Guppy.

Maidentrip racconta la sua

esperienza: la tenacia, l'inseguire il sogno, la solitudine, il mare, l'oceano, il sole e le tempeste. Sì, perché Laura il suo sogno l'ha realizzato e il giro del mondo sulla sua Guppy l'ha compiuto. Affrontando la solitudine, il mare piatto o i cavalloni. Il silenzio ininterrotto per giorni, la vista della terraferma su cui sostare e ricaricare le pile, in attesa di una nuova partenza. Quello di Laura non è solo un viaggio per come lo intendiamo solitamente, troppo spesso abituati a esplorare il mondo con comodi aeroplani, è un viaggio senza scopi sensazionali, da guinness dei primati, è il Viaggio: di formazione, di lentezza, di introspezione.

Non è un film che parla di subacquea in senso stretto, ma

l'amore per il mare che ci accomuna è palpabile e sono sicura che vi riconoscerete in Laura. È un film bello, tuttavia a me ha lasciato l'amaro in bocca: è bello perché il viaggio ti fa realizzare che si possono incontrare persone migliori di quello che ci vogliono far credere, che il mondo è meraviglioso, che il mare ti cattura da qualsiasi punto lo si guardi. E l'amaro in bocca l'ho sentito pensando a quanto questo racconto sia vero: le immagini montate sono quelle che la stessa Laura ha fornito a Jillian Schlesinger, la regista. Ed è amaro quando si pensa che sono le esperienze le uniche ricchezze vere che ci rimangono, che chi viaggia conosce sé stesso



e che spesso manca il coraggio di inseguire veramente i propri sogni. Se dovessi riassumere con tre parole le mie impressioni sarebbero: volere è potere. Vi consiglio di vedere questa pellicola!

*Carlotta Grigoli*

## CORSO BIOLOGIA 1



Ciao a tutti! Sabato 21 e domenica 22 Gennaio 2017 ho partecipato

al corso di Biologia 1 che sia tenuto nella nostra sede del Forte di Azzano!

All'arrivo era già pronto il "gruppo astemi" con cui ho condiviso questa avventura, **Luigino, Elena, Giancarlo, Domenico, Anna, Paolo, Laura, Nicola, Federica, Elisa, Paolo, Romano, Camilla**... Ci siamo tutti? Quasi! Siamo il CSS, quindi l'orario è relativo (soprattutto per me...)

Allora cominciamo... Partiamo dalle basi, grazie a Simone Modugno iniziamo a conoscere e a capire il luogo dove un buon subacqueo o apneista

opera, l'acqua. Ed allora, composizione, correnti, temperature, luce, dolce, salata, onde, maree... ed il pesce? Arriva... ed infatti cambiamo argomento, passiamo ai fondali, sabbia, rocce, fango, scogli, conformazioni... Andando avanti, passiamo alla vita... ecco il pesce! Infatti parliamo di piante e di alghe, differenze, come riconoscerle, alghe verdi, rosse e brune. È tempo di cambiare... il pesce! Non ancora... andiamo in ordine di semplicità, ed allora plancton, nudibranchi, meduse, coralli, gasteropodi, molluschi, crostacei...

Ma allora direte, che corso di biologia è senza pesce?

A parte gli scherzi, l'importante di questo corso di biologia marina è stato quello di conoscere a fondo l'ambiente acquatico, in modo da programmare al meglio il

tipo di immersione che facciamo... Personalmente, le mie immersioni sono state abbastanza "alla cieca", sperando di trovare qualcosa di interessante. Il trucco è quello di riconoscere prima quello che non si muove, riconoscere il punto di immersione e le sue caratteristiche, in modo da sapere cosa e dove cercare, e cambiare il vostro e il mio pensiero, non più da "speremo de trovar n'aragosta" a "qua non c'è l'aragosta, l'è tutta sabbia..."

Un ultimo pensiero, ma quello più importante, è la sensibilità che ci ha trasmesso Simone sulla vita fuori dall'acqua, quei nostri comportamenti (personali e sociali) che stanno modificando quello che andiamo a vedere... Costruzioni, inquinamento, pesca non regolamentata, sono tutte cose che vanno ad interferire sull'ambiente acqua.

**Corsi di Biologia Marina**  
Con **Simone MODUGNO**  
Biologo marino e autore dei programmi e manuali di Biologia PPSAS

**Corsi di Biologia**  
1° e 2° Livello  
c/o Sede CSS  
Forte Azzano, 65  
Verona

**Biologia 1**  
21-22 Gennaio 2017  
Sabato 21 Gennaio dalle ore 8:00 alle 18:00  
Pratica subacquea  
Domenica 22 Gennaio dalle ore 9:00 alle 18:00  
Pratica subacquea  
Costo corso **120 €**

**Biologia 2**  
11-12 Marzo 2017  
Sabato 11 Marzo dalle ore 8:00 alle 18:00  
Pratica subacquea  
Domenica 12 Marzo dalle ore 9:00 alle 18:00  
Pratica subacquea  
Costo corso **130 €**

Per INFO: **Alessandro 338 3474926 - Domenico 347 2301672**  
didattica@clubsubacqueosqualigero.it

È dall'acqua che è partita la vita, e qualsiasi cosa facciamo su questo mondo si ripercuote su di lei, nel bene e nel male.

Ed il pesce? Per quello, ci vediamo al corso di Bio 2!

*Stefano Leoni*



### 3° TROFEO CSS VERONA



Un programma a partenze da capogiro per numero di Atleti nelle diverse specialità previste, orari incalzanti, tempi tecnici stretti, il desiderio di dare agio ai partecipanti e trasformare in successo lo sforzo di tutti. La mia emozione di Giudice "Ce la farò, non ce la farò?", pur forte e insistente si placa subito.... Sono loro, sono gli Amici dello Scaligero, il Club affiatato, grandissimo e ben organizzato il quale (mi permetto) forse nato per caso o nell'organizzazione di Gare di Apnea, ha subito dimostrato la propria forza, una profonda determinazione e davvero una grande bravura. Ma c'è anche la sua simpatia ed empatia verso gli Atleti ospiti, verso noi Giudici ed il suo amore nel fare le cose tutti insieme! Sono loro, sono gli Amici dello Scaligero!

Essi si muovono all'unisono sempre animati da spirito di amicizia, socialità e condivisione e questo si vede eccome! E allora perché mai preoccuparsi della riuscita dell'Evento? Non ce n'è alcun motivo e già dalle prime ore della domenica di Gara, nel silenzio e tranquillità più profondi dell'ingresso della piscina, in un momento compaiono



furgoni e automobili, si scambiano saluti, allegria e sorrisi e si sussegue l'intenso lavoro di tante braccia che in pochissimo



Gli atleti del 3° trofeo CSS

tempo preparano ogni cosa per accogliere Atleti e Capi squadra. La giornata scivola serena ed intensa, ritmata soprattutto dalle partenze degli Atleti. Tra di essi alcuni sono Soci dello Scaligero, per un pò fanno il loro turno di Assistenti in acqua e poi catturando velocemente concentrazione e grinta, compiono anche la loro presta-

zione, bravissimi! La segreteria di Gara funziona perfettamente con massima disponibilità, puntualità e precisione, un piacere vero lavorare con essa. Le ragazze del rinfresco poi sono splendide e sorridenti e fanno venire davvero voglia di abbracciarle una ad una con grande riconoscenza per la loro affabilità. Infine ogni cosa va benissimo, tra gli Atleti la soddisfazione è grandissima e ognuno riconosce che il clima è stato sereno e disteso, ottima condizione per cimentarsi in una Gara di A-

pezia vera fatta di sorrisi, strette di mano e originali ilarità. Vorrei tanto, ed io mi sento fortunata perché mi è capitato, che lo spirito di perfetto associazionismo, la volontà forte di collaborazione e l'incredibile capacità organizzativa che lo Scaligero sempre riesce a realizzare, facciano da esempio a tutti noi che viviamo la nostra Società Federale e magari non sempre la vediamo come vorremmo che sia. Grazie Amici, sono Squaligero anche io! Grazie che ho potuto respirare l'atmosfera del dopo

Gara in cui il Presidente **Domenico** ha ringraziato ad uno ad uno con una stretta di mano ed un attestato, tutti coloro che hanno messo l'anima per la buona riuscita dell'Evento. La miglior riuscita è l'aver fornito l'ulteriore prova di quello che siete e di quale valore profondo rappresenta il vostro sodalizio grazie alla grande forza che ciascuno di voi riversa in esso, avanti così!

*Marta Piccoli*

zione con il migliore risultato. Le premiazioni sono un trionfo di allegria, di applausi ed ami-



Filippo Giarola Club Subacqueo Scaligero





*Filippo Giarola*

*Club Subacqueo Scaligero*

Sopra: Lo Staff del CSS



*Filippo Giarola*

*Club Subacqueo Scaligero*



*Filippo Giarola*

*Club Subacqueo Scaligero*

Momenti di gara



## L'ANGOLO DELLA BIOLOGIA MARINA E LACUSTRE



Anche per questo numero vi accompagnerò nel blu. E che blu!

Questa volta vi parlerò di acque salate

crystalline, colori vivaci, temperature tropicali e tanta, tanta vita!

Sono sicura che molti Soci hanno già avuto la fortuna di vedere questo posto incantevole. Sto parlando della Barriera Corallina!



Vediamo di capire assieme come si forma e dove trovarla.

La Barriera Corallina è uno degli ecosistemi marini più complessi e ricchi di biodiversità che ospita il 25% delle specie marine conosciute e 32 dei 35 gruppi marini classificati; è una vera e propria "città", dove, nel corso di un'immersione, è possibile incontrare sia creature piccole come un cavalluccio marino sia organismi dalle dimensioni ben più grandi come le tartarughe Liuto o gli squali pinna bianca del reef.

L'organismo indispensabile per la formazione della Barriera Corallina è il corallo costruttore che appartiene al phylum Cnidaria. E' costituito da una parte viva, che si trova nello strato più superficiale, e da una parte non viva che è lo scheletro calcareo, il suo sviluppo definisce tutte le varie forme di corallo che possiamo osservare durante un'immersione, ad esempio le forme libere, ramificate, massive, colonnari ed a foglia.

I coralli costruttori vivono in simbiosi con le zooxantelle,

piccole alghe che risiedono all'interno dei polipi del corallo che, catturando le particelle di cibo, permettono ai coralli stessi di nutrirsi. La digestione delle particelle di cibo avviene all'esterno del corpo del corallo stesso, generando dei piccoli corpuscoli di detrito che, con il passare del tempo, si cementano tra loro. Questo continuo deposito di particelle e la loro conseguente cementificazione è la base della crescita e della sopravvivenza della Barriera Corallina.

La vita nella Barriera Corallina è un'esplosione di colori; sarebbe troppo lungo elencarvi tutti gli organismi marini che vivono in queste "città" sommerse; ma tra le migliaia di "abitanti" possiamo però facilmente incontrare squali, come lo squalo martello od il pinna bianca del reef, spugne di mare, anemoni od i coloratissimi pesci pappagallo, pesci napoleone, pesci balestra od i pesci chirurgo blu, murene, mante e cavallucci marini, tartarughe liuto e la più famosa tartaruga verde; vari tipi di crostacei e molluschi come ad esempio la maestosa *Tridacna Gigas*.

La distribuzione delle Barriere Coralline nel mondo non è casuale ma è legata a dei parametri ben specifici, che ne limitano la crescita quali:

Temperatura - crescono in zone dove la temperatura media è tra i 23°C e i 25°C.

Profondità - la maggior parte si sviluppa ad una profondità inferiore a 25 m e raramente raggiunge i 50/70 m.

Salinità - le Barriere Coralline non tollerano grandi sbalzi di salinità e per questo i coralli che la compongono sono chiamati coralli stenohalini.

Luce - è indispensabile per lo sviluppo delle zooxantelle.

Oltre a questi parametri, un fattore che limita molto la loro crescita è la torbidità dell'acqua; i coralli hanno bisogno infatti di acque cristalline per poter crescere, dove non siano presenti particelle di sabbia od altro materiale in sospensione, in quanto influenzerebbe negativamente l'attività di predazione delle zooxantelle.

L'insieme di tutte queste caratteristiche, necessarie allo sviluppo di una Barriera Corallina, si possono trovare solo nei mari tropicali come il Mar dei Caraibi e l'Oceano Indiano, nelle isole dell'Oceano Pacifico ed in Australia, dove si trova la più grande Barriera



Corallina al mondo, la Great Barrier Reef.

Dichiarata patrimonio dell'Umanità nel 1981 la Great Barrier Reef si estende per 2.300 km ed è composta da 2.900 barriere coralline singole collegate tra loro ed ospita ben 1.500 differenti specie di pesci.

Negli ultimi anni gli studiosi hanno monitorato questo luogo ed hanno potuto constatare che l'aumento delle temperature ed il surriscaldamento globale che ne consegue ha portato alla morte di almeno 700 chilometri di coralli. Una delle risposte più comuni dei coralli a queste condizioni di stress ambientale, è il fenomeno dello "sbiancamento" o "bleaching" che consiste in una continua e costante diminuzione di zooxantelle che conseguentemente generano sia la perdita della tipica colorazione rossa del corallo sia la morte dello scheletro di carbonato che lo forma.

(Segue a pagina 15)



(Continua da pagina 14)

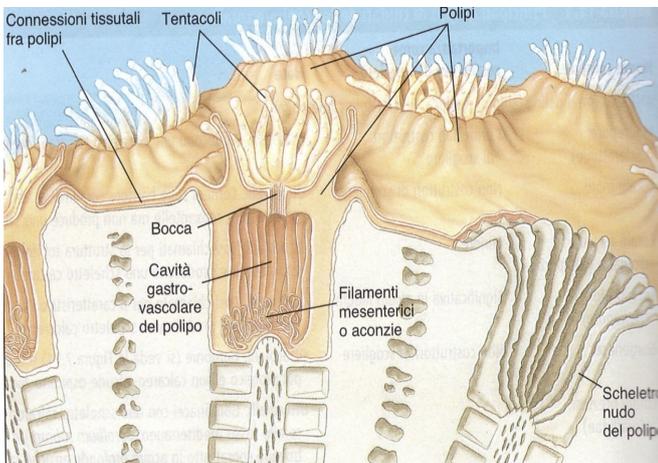
Oltre agli insediamenti a cui accennavo prima sono felice di dirvi che recentemente se ne è aggiunto uno nuovo. Lo scorso anno è stata scoperta infatti una nuova Barriera Corallina, si trova alla foce del Rio delle Amazzoni ed è localizzata tra i 50 e i 100 metri di profondità ed i ricercatori stimano che si estenda per circa 9.500 km. Durante le ricerche sono state osservate molte specie di pesci, crostacei, spugne e stelle marine.

Ancora una volta voglio concludere con una nota da ecologa: le attività umane quali la pesca a strascico od il commercio di pesci tropicali per l'acquariofilia, così come l'inquinamento od il cattivo ancoraggio delle imbarcazioni sono tutti fattori che stanno lentamente portando alla di-



struzione di questi ecosistemi. Per recuperare i coralli perduti si stima ci vorranno almeno 20 anni, e solamente 50 anni prima che tutta la Great Barrier Reef sia perduta per sempre. Come amanti del mondo sommerso credo sia giusto prendere coscienza di ciò che sta accadendo alla nostra Terra e chiederci cosa di tutte queste meraviglie rimarrà a noi, le generazioni future e cosa possiamo fare per conservare questo immenso patrimonio.

*Eleonora Spери*



**PROSSIMI APPUNTAMENTI**



**2° TROFEO CSS "BENACUS DEEP"**

Gara di Qualificazione Nazionale "Open CMAA" di Immersione in Apnea in Assetto Costante con e senza attrezzi

**24 SETTEMBRE 2017**

**Baia DELLE SIRENE**

**San VIGILIO, GARDA**

Per la seconda volta una Competizione Internazionale  
Nelle acque del Lago di Garda  
Promossa dal  
Club Subacqueo Scaligero (Vr)

- Specialità in gara e record attuali in acqua dolce
- Bipinne Maschile (-75 Mt)
- Bipinne Femminile (-51 Mt)
- Assetto Costante Senza Attrezzi Maschile (-66 Mt)
- Assetto Costante Senza attrezzi Femminile (-38 Mt)

Per informazioni: Direttore di Gara  
Domenico BALLARINI 3472301672



Locale completamente rinnovato!

**pizzeria ristorante**

**AL VENTO**

via Sardegna, 1C - Verona  
tel. 045 8905330

CHIUSO AL LUNEDÌ



s t a  
m p e  
r i a

Stamperia snc  
37017 • Lazise • Vr  
Strada del Tione, 27  
t. 045 64 70 100  
f. 045 64 71 054  
p.iva e c.f. 02678940236  
info@stamperia.net

## TUTTI GLI ARRETRATI

In sede è possibile trovare numeri arretrati del giornalino disponibili per tutti fino ad esaurimento. È inoltre possibile avere, al costo di 5 € ciascuna, ristampe di numeri passati inviando l'ordine via e-mail. Vieni a visitare il nostro NUOVO SITO:

[www.clubsubacqueoscaligero.it](http://www.clubsubacqueoscaligero.it)

Ricordiamo a tutti che sul social network facebook troverete gli eventi, le foto e i video di tutte le gite e attività del Club. Il gruppo del CSS si chiama "SQUALIGERO anch'io!" e troverete il link direttamente dal nostro sito internet. Si prega di confermare la partecipazione ad eventi futuri solamente se interessati in quanto è uno strumento utile per l'organizzazione delle nostre attività.

la Redazione

facebook®

# AGENDA APPUNTAMENTI

**27 SETTEMBRE**

**PRESENTAZIONE CORSI**

Sede Forte Azzano  
Ore 20:45

**3 e 6 OTTOBRE**

**PROVE GRATUITE E INIZIO STAGIONE SOCI E AGONISTI**

Piscina Comunale LIDO Viale Col. Galliano (Verona)  
Ore 21:00

**7 OTTOBRE**

**IMMERSIONE SULL'HAVEN**

Per informazioni: Alessandro Pasquali 3478235808

**10 e 13 OTTOBRE**

**INIZIO CORSI SUB 1° E 2° A.R. E APNEA**

Piscina Comunale LIDO Viale Col. Galliano (Verona)  
Ore 20:45

**17 e 20 OTTOBRE**

**INIZIO CORSO PROFONDA E 3° A.R.**

Piscina Comunale LIDO Viale Col. Galliano  
Ore 20:45

**4 e 5 NOVEMBRE**

**CORSO AGGIORNAMENTO TECNICI E ALLENATORI APNEA**

**8 DICEMBRE**

**IMMERSIONE DI CLUB FESTA DELL'IMMACOLATA**

(Luogo da destinarsi)

**16 DICEMBRE**

**CENA FINE ANNO E RINNOVO CD 2017-2019**

Ristorante "Frassino" Peschiera del Garda

## CAPODACQUA



Da molti anni mi immergo nelle acque limpide del Lago di Capodacqua e, nel tempo, sono diventato

amico di Dante e sua mamma Maria che, con l'Associazione Atlantide Sub ne gestiscono le attività subacquee. Il lago, di proprietà privata, si trova all'interno del Parco Nazionale del Gran Sasso e Monti della Laga, immerso in una natura incontaminata di vasto interesse archeologico nella frazione di Capistrano (AQ). Immergersi nel lago e visitare i mulini è paragonabile a vivere un sogno, un salto indietro nel tempo. Per via delle continue scosse di terremoto e, quest'anno, del meteo davvero duro, grazie alla collaborazione della SML-SUB di Alessandro e Sil-

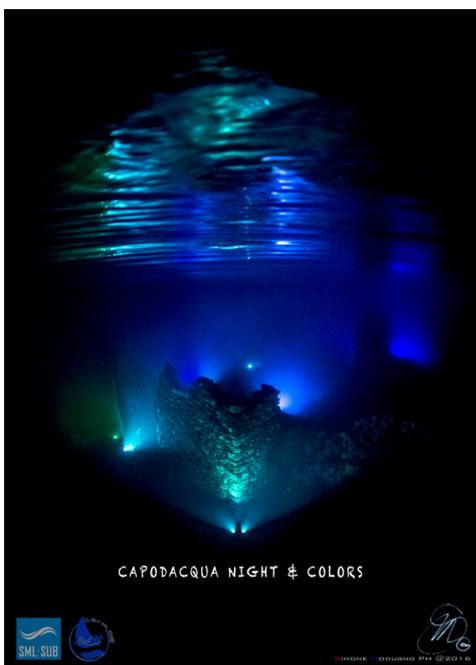
via Miari, tramite il mio CCF IL BLU DEL MARE, ho organizzato una serie di eventi molto particolari per cominciare a raccogliere fondi per aiutare il restauro dei mulini sommersi e una scolaresca di Ama-

trice, dato che alcune guide sub di Atlantide sub lavoravano come educatori proprio ad Amatrice. Negli eventi del 2-3-4 Dicembre 2016, chiamati NIGHT & COLOURS abbiamo effettuato un primo esperimento di Video Wall

subacqueo, colorando i muri dei mulini di mille luci colorate, facendo vivere una magia notturna ai partecipanti. Durante gli eventi ho raccolto alcuni scatti fotografici grazie ai quali stiamo stampando dei libretti che saranno in vendita a partire dal prossimo Eudi Show (che si terrà dal 3 al 5 Marzo) e l'incasso, logicamente, sarà tutto devoluto in beneficenza.

Vi aspetto tutti ai prossimi eventi NIGHT & COLOURS e all'Eudi!

Simone Modugno



**IDEMSUB**



**NAUTICA MARE**  
sea passion since 1979

**COLTRI SUB**  
www.coltrisub.it

**Parisi SUB**

Collabora con la **Redazione** inviandoci foto, racconti e suggerimenti! Scrivici a: **giornalino@clubsubacqueoscaligero.it**