IL PRIMO MAGAZONE NELLA STORIA DELLA SUBACQUEA

SCUBA ZONE

N°8

WWW.SCUBAZONE.IT

COMPAGNI
DI SCUOLA

BIO
MOSTRUOSAMENTE BELLI

GUARDARE
E NON TOCCARE

KRIEGSMARINE

IMM
ERS
IONI

AGGUATO AL
DIEDERICHSEN

ALASKA

VIP
NERI

DIVEOLOGY

HEALTH ZONE

ATTREZZATURA

PRACTICE ZONE

SCUBAZONE è realizzato da
ScubaPortal e Magenes Editoriale
www.scubazone.it – info@scubazone.it

OWNER
ScubaPortal
via Don Albertario 13
20082 Binasco (MI)
Piva 05130810962

MANAGING DIRECTOR
Marco Daturi
info@scubaportal.it

SCIENTIFIC EDITOR
Massimo Boyer
massimo@kudalaut.com

SUPERVISOR
Francesco Altieri
francesco.altieri@magenes.it

ASSOCIATED EDITOR
Magenes Editoriale

ART DIRECTOR & GRAPHICS PROJECT
Valeria Pavia
valeria.pavia@magenes.it

LEGAL ADVICE
Avv. F. Zambonin
info@iltuolegale.it

CONTRIBUTORS THIS ISSUE
Massimo Boyer • Francesco Turano • Beatrice Rivoira • Franco Banfi • Sabrina Monella • Pierpaolo Montali • Cesare Balzi • Luana Aimar • Valeria Nava • Antonio Premazzi • Federico Mana • Cristina Ferrari • Luigi Del Corona • Francesca Manea • Carlo Cerrano • Cristian Umili • Alessia Comini • Erik Henchoz • Ketty Carere • Adolfo Maciocco • Alberto Arrigoni • Luca Coltri • Ivan Lucherini • Andrea Neri • Francesca Zambonin • Filippo Cestaro • Chiara Di Credico • Staff Barracuda • Claudio Di Manao • Francesca Chiesa • Solen De Luca

Tutti i diritti riservati. È vietata la riproduzione, anche parziale, del testo e delle immagini senza il consenso dell'autore.

ScubaPortal di Marco Daturi - Magenes Editoriale srl

SCUBAZONE is FREE
Download at **www.scubazone.it**

COVER PHOTO
by Marco Daturi

SUMMARY

FROM THE DESK
10 ANNI di Marco Daturi 4
BIO
COMPAGNI DI SCUOLA di Massimo Boyer 6
MOSTRUOSAMENTE BELLI di Francesco Turano 14
GUARDARE E NON TOCCARE di Beatrice Rivoira 24
DD: DIVE DESTINATIONS
ALASKA di Franco Banfi e Sabrina Monella 32
IMMERSIONI
KRIEGSMARINE di Pierpaolo Montali 46
AGGUATO AL DIEDERICHSEN di Cesare Balzi 56
SPELEO ZONE
LACCA DELLA BOBBIA
di Luana Aimar, Valeria Nava e Antonio Premazzi 70
TECNICHE DI RESPIRAZIONE PER APNEA
IL RESPIRO 2 di Federico Mana 78
DIVING DESTINATIONS
MADE IN FIJI 4 di Cristina Ferrari e Luigi Del Corona 86
TRA GROTTE E CANYON A COSTA PARADISO
di Francesca Manea 100
NEWS
VORREI PROTEGGERTI, MA... di Carlo Cerrano 110
SCUBAZONE AL 21° EUDISHOW di Marco Daturi 116
FOTOSUB: TRAINING
OTTENERE EFFETTI PARTICOLARI
di Cristian Umili e Alessia Comini 120
FOTOSUB: EXPERIENCE
NIKON D3200 E NIMAR
di Erik Henchoz e Ketty Carere 128
FOTOSUB: COMPACT ZONE
L'ACQUISTO DEL FLASH ESTERNO
di Adolfo Maciocco 136
FOTOSUB STORY
di Alberto Arrigoni 142
UW VIDEO SCHOOL
TECNICHE DI RIPRESA SUBACQUEA (PARTE VIII)
di Luca Coltri 146
ARCHAEO ZONE
L'INTERFACCIA MARE-TERRA
di Ivan Lucherini 158
PRACTICE ZONE
CONFIGURAZIONE DELLO SCUBA
di Andrea Neri 162
LEGAL ZONE
POLIZZA ASSICURATIVA SUBACQUEA
di Francesca Zambonin 168
HEALTH ZONE
L'IMPORTANZA DELLA RESPIRAZIONE
di Filippo Cestaro e Chiara Di Credico 174
ATTREZZATURA
MUTA TRIBORD SUBEA di Massimo Boyer 178
DIVE CENTER
BARRACUDA DIVING USTICA
di Antonino Gravano e Staff Barracuda 186
VERY IMPORTANT DIVER
ANDREA NERI di Marco Daturi 192
DIVEOLOGY
PESCIOLOGIA 8 di Claudio Di Manao 196
SCUBALIBRE
STINGRAY CITY di Francesca Chiesa 198
QUESTIONE DI CORRENTI
CONVERSAZIONE CON FERRUCCIO FAZIO
di Solen De Luca 204

IN THIS ISSUE

ScubaZone n°8 pubblicato il 04/04/2013

10 anni
Dieci anni

Nel febbraio 2003 davanti a un caffè, io e Francesca parlavamo delle fatiche domenicali per entrare in acqua da riva durante una fredda immersione invernale. L'attrezzatura pesante ci faceva affondare nella ghiaia della battigia fino quasi alle caviglie, e ogni passo era una piccola conquista verso il mare.
"***Povero sub…!***"
Più o meno con questa riflessione decisi di registrare il dominio *PoveroSub.com* e di trasferire lì la sezione di subacquea che al tempo era presente sul mio sito personale, a cominciare dal forum che usavo unicamente per tenermi in contatto con i vecchi amici e con i nuovi che condividevano la mia stessa passione.
Al tempo non esistevano i *social network* di oggi, e il forum era uno dei pochi strumenti che si poteva utilizzare per socializzare su internet, insieme ai *newsgroup* e alle *chat*.
Richiamati dal nome goliardico del dominio, ogni giorno nuovi sub si aggiungevano al forum tant'è che dopo poche settimane abbiamo potuto organizzare un piccolo raduno per conoscerci di persona.
Da quel periodo di 10 anni fa, ogni giorno abbiamo lavorato a una parte del sito per farlo crescere, trasformandolo poi, nel 2004, in quello che è ***ScubaPortal.it*** per la parte di contenuti, informazioni e tutto il resto, ***ScubaFoto*** dedicato alla fotografia subacquea, ***ScubaShop*** e infine il nostro magazine ***ScubaZone***.
E anche in questo caso, tra il dire e il fare c'era di mezzo il mare, veramente!
10 anni sono un numero che non rende l'idea di quanto tempo e quante cose siano state organizzate e fatte. Forse esprimendolo in 3650 - *tremilaseicentocinquanta* - giorni l'impatto è già diverso ma la sostanza la stessa: migliaia di ore passate davanti al computer a lavorare ai siti e organizzare attività, migliaia di sub iscritti con quasi un milione di messaggi inseriti, migliaia di foto pubblicate, centinaia di raduni, eventi, incontri, pranzi e cene tra sub.
E oggi, dopo 10 anni, internet è cambiato moltissimo, oltre che nelle case è entrato nelle tasche degli italiani grazie alle nuove tecnologie degli smartphone, è diventato dapprima *2.0* e poi *social,* e noi l'abbiamo sempre seguito con piacere, sostenendo la **passione per la subacquea** anche nei momenti più difficili, come quelli finanziari di questi ultimi anni.
In questo periodo abbiamo raccolto molte piccole soddisfazioni, e se di piccolo successo si può parlare è bene condividerlo con chi ha in qualche modo partecipato alla sua realizzazione: lo staff, i moderatori, i contributors, i partner e naturalmente gli sponsor.
Come nel 2003 il nostro portale, oggi ***ScubaZone*** viene visto da molti come qualcosa di diverso e nuovo ***e tra 10 anni ne riparleremo sperando di poter dire di non esserci sbagliati!***

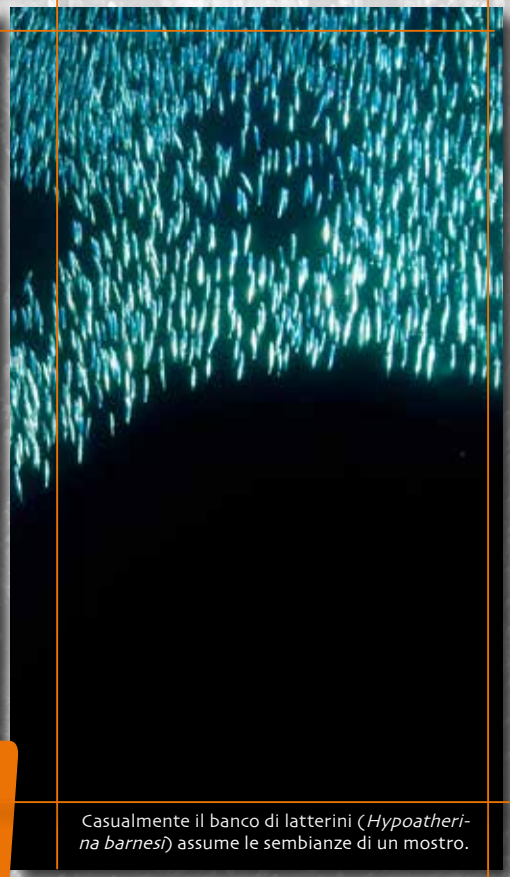
Ci piace pensare che i ragazzi di domani probabilmente studieranno solo sui tablet e noi saremo lì, in qualcuno dei loro tablet, a portare un po' di colore e passione per la vita attraverso la subacquea di ScubaZone e ScubaPortal.

Veniteci a trovare su

COMPAGNI DI SCUOLA

Aggregazione diurna in *Platax teira*.

Uno sciame di apogonidi (pesci cardinale).



Casualmente il banco di latterini (*Hypoatherina barnesi*) assume le sembianze di un mostro.

LE EVOLUZIONI DI UN BANCO DI PESCI IN MOVIMENTO SONO UNO DEGLI SPETTACOLI PIÙ AFFASCINANTI CHE LA NATURA SA METTERE IN SCENA: CAMBI DI DIREZIONE, PICCHIATE, ESPANSIONI E CONTRAZIONI. IL GRUPPO ASSUME VARIE FORME, SEMBRA VIVERE DI VITA PROPRIA, UN SUPERORGANISMO AMEBOIDE CHE SA RAPPRESENTARE UNA COREOGRAFIA INEGUAGLIABILE, SOTTO OGNI LATITUDINE.

a dovremmo parlare di banco, scuola, o sciame?

Definire quello che vediamo non è un compito semplice, la nostra lingua, così ricca per molti versi, quando si tratta di descrivere fenomeni naturali e comportamenti animali spesso rivela delle lacune non da ridere.

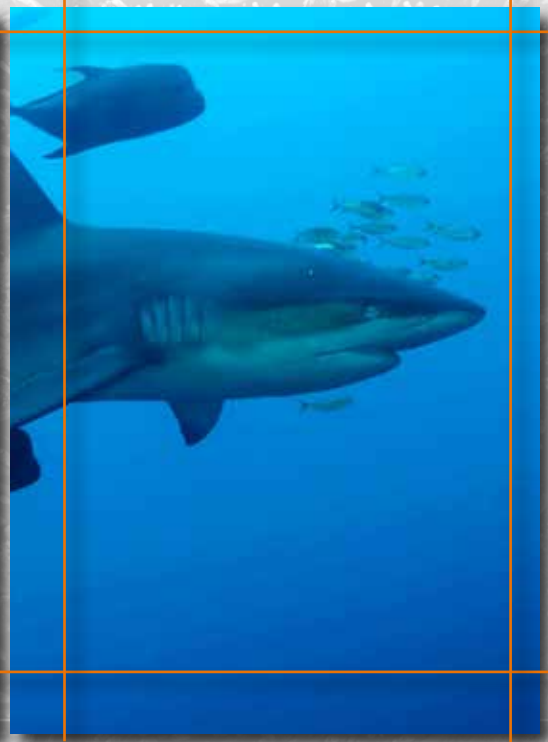
Partiamo dall'inglese, lingua semplice ma molto precisa sui fatti della Natura: gli Inglesi parlano di ***school*** (scuola) riferendosi a un gruppo di pesci polarizzato, in cui tutti gli individui si muovono in modo coordinato, nella stessa direzione; usano il termine ***shoal*** (folla) per indicare un aggregazione che si muove in modo disordinato, ognuno in direzione diversa, ma mantenendosi assieme.

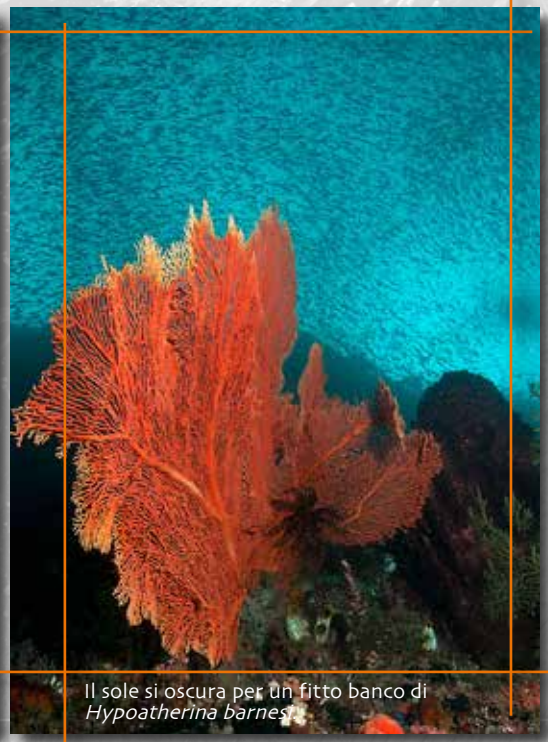
E in italiano? Il termine più usato è probabilmente **banco**, che non ha niente a che vedere con il banco della scuola, ma deriva dal significato marinaresco della parola. *Banco* significa anche **secca**, e per estensione è passato a indicare un gruppo compatto di pesci, che nei profili dei primi ecoscandagli doveva ricordare una

secca. Peraltro anche il termine *shoal* può avere il significato di secca.
Alcuni autori preferiscono usare la parola scuola... Altri sostengono che se il branco è un gruppo di mammiferi e lo stormo di uccelli, per tutti gli altri animali (pesci inclusi) si dovrebbe correttamente parlare di sciame.
Tutto chiaro, no? Andiamo avanti così, inutile rompersi la testa su questioni semantiche, cerchiamo piuttosto di capire perché i pesci dovrebbero aggregarsi tra di loro a formare banchi o scuole o sciami che dir si voglia.
La spinta principale ad aggregarsi è la paura, paura dei predatori. **Un banco di pesci è principalmente una forma di difesa contro la predazione**.
Una volta si pensava che compattarsi in poco spazio diminuisse la probabilità per ogni individuo di essere localizzato dal predatore: un po' come quando nella battaglia navale disponiamo i nostri pezzi tutti vicini, sperando che l'avversario cominci a esplorare il campo dall'angolo opposto. Ma un predatore non procede a caso, conosce l'ambiente e si dirige a colpo sicuro dove sa di poter trovare prede abbondanti. Non è per caso che il barracuda cerchi il bordo del reef affacciato verso la corrente: lì troverà banchi di pesci mangiatori di plancton, che si affollano dove a loro volta trovano cibo. Allora perché mettersi assieme sarebbe un vantaggio? In primo luogo i movimenti coordinati di un banco di pesci che in continuazione si scambiano posizione, si superano indifferentemente a destra e a sinistra, cambiano direzione, può confondere il predatore e impedirgli di fissare l'attenzione su una preda. Provate, per credere, a fotografare un pesce singolo in un banco di pesci, e capirete immediatamente cosa voglio dire.
I predatori più efficienti quando si tratta di pescare nel mucchio sono quelli, come i pesci spada, provvisti di un'arma frontale da agitare in mezzo al gruppo: la spada ferisce a caso alcuni individui che saranno poi mangiati con calma. Oppure quelli che possono aprire una grande bocca per attaccare il banco e non una preda per volta, come le balene o gli squali balena. Tutti questi predatori hanno evoluto tecniche di caccia tanto più vantaggiose quanto più le prede sono aggregate. Ogni adattamento anti-predazione stimola l'evoluzione di predatori sempre più efficienti, in una gara senza traguardo.
Ma c'è di più: sembra che un grosso banco di pesci, fitto e dai movimenti coordinati, possa in qualche modo intimorire il predatore, dandogli l'impressione di avere a che fare con un avversario più grosso. Anche qui provare per credere, anche uno sciame di piccolissimi latterini può arrivare a oscurare il sole.
Molti pesci di abitudini notturne che di notte si sparpagliano alla ricerca del cibo, che sia plancton (es. i glassfish), alghe (es. i *Platax*) o altri pesci (es. i labbradolci), di giorno si aggregano a formare banchi e riposano protetti dal reef e dal numero.
La tendenza a raggrupparsi è tanto forte da superare spesso i limiti tra specie: in ambienti ad alta biodiversità è facile vedere banchi misti di pesci mangiatori di plancton, in cui più specie si uniscono

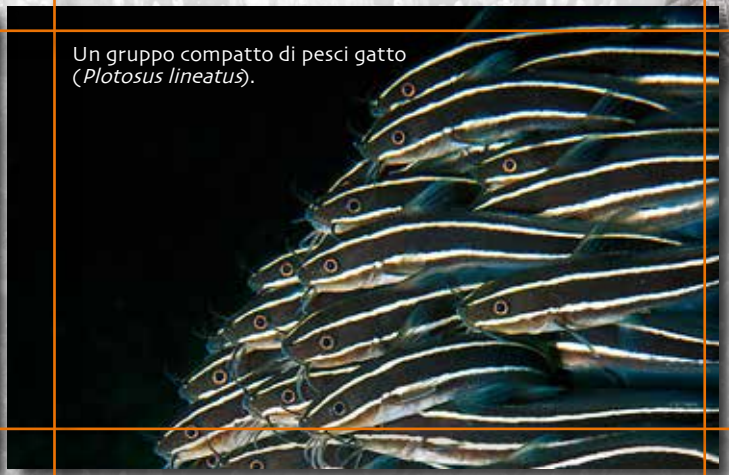
Un banco di pesci planctivori (*Pseudanthias sp.*) vicino a un reef indonesiano.

Carcharhinus galapagensis circondato da carangidi di varie specie.




Il sole si oscura per un fitto banco di *Hypoatherina barnesi*.

I labbradolci *Plectorhinchus polytaenia* si raggruppano durante il giorno. Il pesce bandiera *Heniochus diphreutes* fa da pulitore.



Un gruppo compatto di pesci gatto (*Plotosus lineatus*).

secondo il solito principio, l'unione fa la forza. E in base allo stesso principio vedremo a volte bande miste di predatori di uova, vere e proprie associazioni a delinquere, che si formano per attaccare i nidi di pesci che depongono sul fondo, per confonderli ed eludere la difesa approfittando della superiorità numerica: **ci si mette assieme anche per cacciare dunque, non solo per difendersi**.

Spettacolo inusuale ma non impossibile da vedere, un grande predatore di vertice, uno squalo, si muove con un corteo di succulenti carangidi che potrebbero tranquillamente essere il suo pasto. Vocazione al sacrificio? No: per il carangide ha senso seguire lo squalo, per approfittare dei resti del suo pasto ma anche per tenerlo d'occhio. Chi sa dove sia il predatore è avvantaggiato: può tenerlo d'occhio e scappare subito se lo vede... troppo attivo, o stare al sicuro in scia.
Per lo stesso motivo, osservando da vicino un banco di castagnole ci potrà capitare di vedere un solitario che ci avvicina e ci squadra, con atteggiamento di sfida. Si espone al rischio con un comportamento altruistico, per difendere i compagni? Ma nemmeno per idea, il solitario che sembra sfidare il predatore in realtà ne sta testando la reattività, e in caso di attacco è il più pronto a rifugiarsi nel gruppo lasciando a qualcun altro l'onore e l'onere di sfamare l'inseguitore.
Banchi di pesci si possono osservare in qualsiasi punto di immersione, su tutti segnaliamo il parco di Komodo e l'arcipelago di Raja Ampat, entrambi in Indonesia, dove i pesci, indisturbati, compongono coreografie fantastiche.

MOSTRUOSAMENTE BELLI

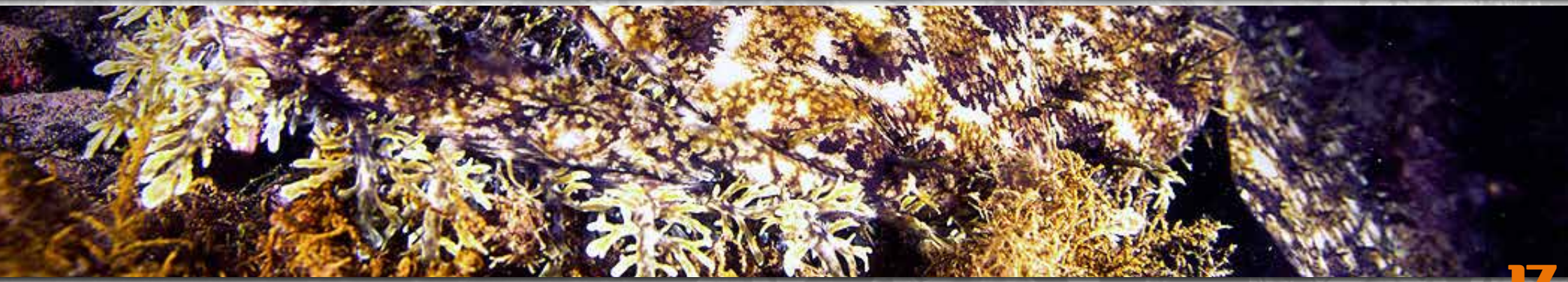
Ci sono dei pesci davvero strani in natura. La rana pescatrice è sicuramente uno di questi. In queste righe proverò a parlare di due specie della stessa famiglia, che vivono nello stesso mare, il Mediterraneo; si tratta di ***Lophius piscatorius*** (Linneo, 1758) e ***Lophius budegassa*** (Spinola, 1807) rispettivamente noti come **rana pescatrice** e **budego**, ma sovente scambiati e confusi l'uno con l'altro per via dell'aspetto molto simile, che non consente una precisa identificazione a un esame superficiale. Per il subacqueo attento e appassionato non sarà poi impossibile distinguere le due specie, sia per il colore, sia per alcuni dettagli che impareremo a notare con l'esperienza pratica.

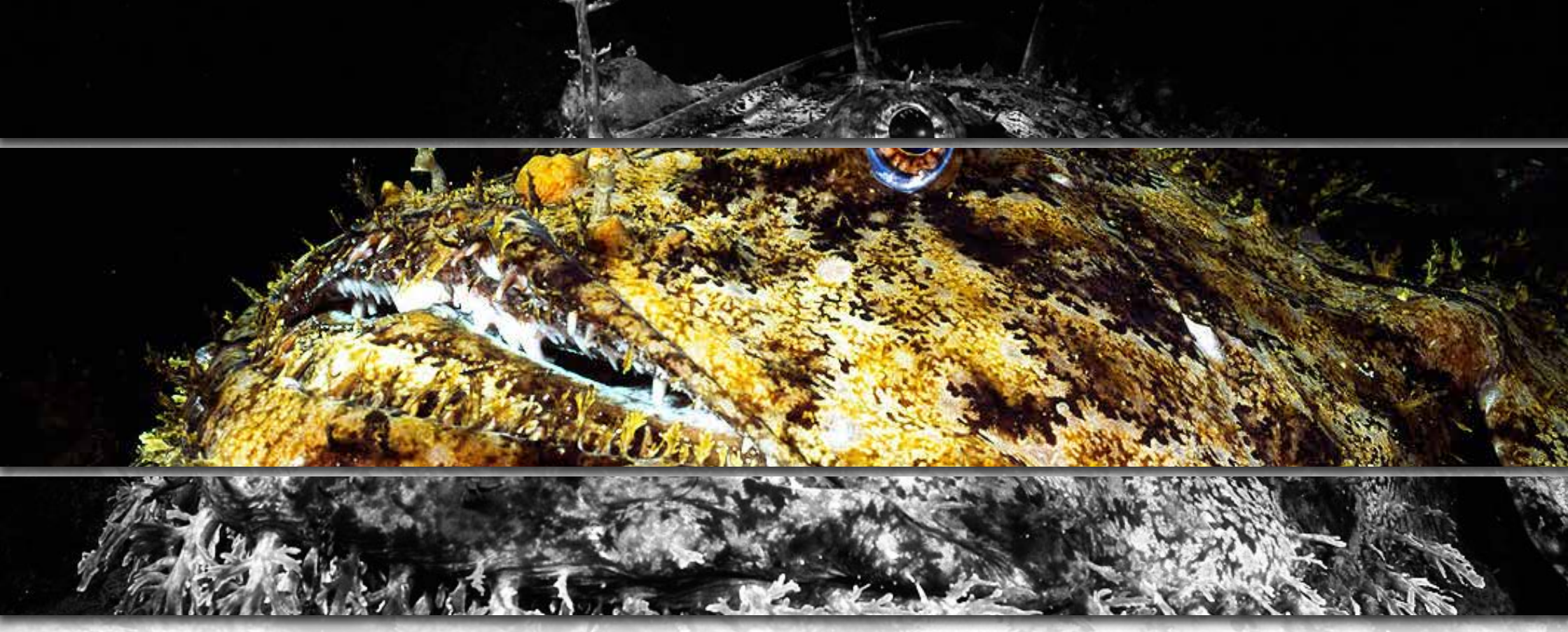
Detta volgarmente "coda di rospo", per via dell'insolita testa, molto ampia e massiccia rispetto al resto del corpo – detto coda - (il pesce sembra avere un corpo così piccolo, rispetto alla testa, da sembrare una coda, la coda di un pesce così brutto da potersi definire tranquillamente rospo), la rana pescatrice (ma anche il budego) è un pesce con il corpo depresso dorso-ventralmente e ricoperto di creste ossee e spine, posteriormente conico e con la pelle priva di squame, viscida al tatto per la presenza di muco.

La bocca, molto grande, è rivolta verso l'alto ed è dotata di numerosi denti forti, aguzzi e ricurvi verso l'interno, disposti sulle mascelle, sulle ossa palatine, faringee e sul vomere (Tortonese, 1975); la mascella inferiore è prominente rispetto a quella superiore (in tal modo l'apertura della bocca è rivolta verso l'alto), mentre la mascella superiore è protrattile e, nella mandibola e lungo il corpo, sono presenti numerose appendici cutanee a forma di frange o foglie, dette lacinie, più sviluppate in *L. piscatorius* e visibili esclusivamente quando l'animale è in acqua (sul banco del pesce la pescatrice perde tutto il suo fascino…).

Gli occhi, come nella maggior parte dei pesci piatti bentonici, sono posti dorsalmente, sono piccoli, ellissoidali e posti all'interno di un'orbita spinosa (Bini, 1968).

Le pinne dorsali sono abbastanza caratteristiche: sono due, costituite da sei raggi lunghi e isolati, che compongono la prima dorsale, e da 11-12 raggi riuniti tra loro, che compongono la seconda dorsale, che





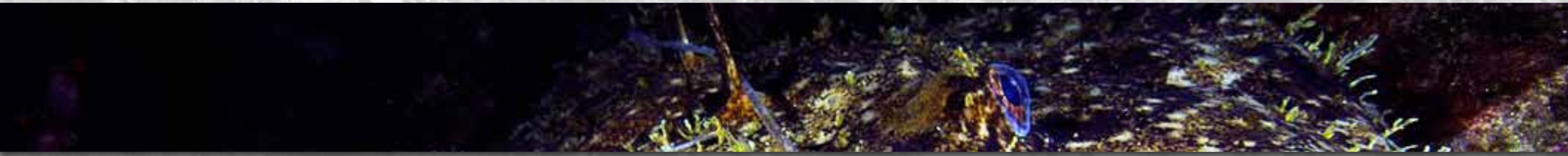
è impiantata nella metà posteriore del corpo; il primo raggio isolato della prima dorsale è abbastanza allungato, piuttosto mobile, e reca all'estremità un'espansione avente la forma di un piccolo pesce che serve ad attirare le prede; gli ultimi tre raggi della prima dorsale, invece, sono riuniti tra di loro, alla base, da una membrana. L'anale è opposta alla seconda dorsale e le pettorali sono molto robuste, ampie e rotondeggianti. Infine le pinne ventrali, inserite nello spazio giugulare, rimangono completamente nascoste quando l'animale è appoggiato sul fondo.
In sintesi si può affermare che le pinne sono, in linea di massima, poco sviluppate per un animale di queste dimensioni, motivo per cui la rana pescatrice non è una buona nuotatrice, e si muove lenta, compiendo piccoli spostamenti, aiutandosi con le pinne ventrali e pettorali; oppure con fulminei scatti di breve entità, soprattutto durante gli attacchi sul fondo.
La colorazione è generalmente bruno-olivastra o marrone sul dorso e bianca nel ventre; sono presenti sfumature verdi e macchie irregolari biancastre. La colorazione tipica e la presenza di escrescenze e creste rendono queste due specie di lofidi estremamente mimetici sul fondo.
Il **budego** si differenzia dalla **pescatrice** per piccoli particolari: presenta frange cutanee meno sviluppate e più sottili, ciuffo dell'illicio non lobato, e colorazione del dorso più rossiccia. Le dimensioni del budego, che può giungere fino a 70 cm di lunghezza, sono inoltre di gran lunga inferiori a quelli della rana pescatrice, che può invece arrivare a 2 metri di lunghezza e un peso di 40 kg.
Tipicamente solitaria, la pescatrice si riproduce da febbraio a giugno; abbastanza prolifica, può deporre fino a un milione di uova, riunite in un nastro gelatinoso e fluttuante, che può raggiungere la lunghezza di 10 metri e lo spessore di un metro. Le uova, di forma sferica e con diametro di 2-3 mm, sono dotate di una goccia oleosa e, dopo 2-3 giorni si staccano dal resto del nastro.
Dalle uova si sviluppano larve planctoniche, molto diverse dagli adulti, che dopo varie trasformazioni, raggiunti i 5-6 cm di lunghezza, abbandonano la vita pelagica e diventano bentoniche (e nella forma più simili agli adulti). L'accrescimento dei giovani è molto veloce.
Pescatrice e budego si nutrono soprattutto di altri pesci e, per la caccia, rimangono nascosti sul fondo usando il primo raggio della pinna dorsale come una specie di canna da pesca: il raggio, dotato all'estremità apicale di un'appendice carnosa, biloba, (un vero e proprio ciuffetto tipo

pesciolino, detto illicio) viene mosso a un ritmo tale che la preda, incuriosita dai movimenti dell'illicio stesso, si avvicina per ingoiare la finta esca. La rana pescatrice, abile in questa tecnica di agguato sul fondo, porta prima l'appendice un po' all'indietro e poi, con un movimento fulmineo, ingoia l'animale che si è incautamente avvicinato, aspirandolo tra le enormi fauci, abilmente spalancate.
Che bocca, ragazzi!
Più volte mi sono incrociato con esemplari di oltre un metro di lunghezza, vivendo delle strane avventure.

Non abile nel nuoto, la pescatrice non esita ad aggredire il subacqueo (nessun pericolo… tranquilli) che, magari per esigenze fotografiche, insiste con qualche scatto in più al suo "fantastico" soggetto, senza pensare che il pesce gli si potrebbe rivoltare contro.
La voracità delle specie appartenenti al genere *Lophius* è comunque nota e rilevabile dal fatto che spesso, sia negli adulti sia nei giovani, negli stomaci sono state trovate prede di dimensioni superiori alla rana pescatrice stessa, oltre che oggetti di ogni genere.

La pescatrice e il budego sono specie bentoniche, che vivono su fondali sabbio-fangosi e detritici, solitamente dai 50 metri fino a profondità notevoli (sembra fino ai mille). Devo dire, però, che ho rinvenuto le due specie anche a profondità particolarmente esigue, specie d'inverno e di notte.
Questi pesci passano la maggior parte del tempo infossati sul fondo, in attesa delle prede, e durante il giorno rimangono praticamente invisibili: con le pinne pettorali scavano infatti un avvallamento per rimanere nascoste sotto la sabbia.

Non è facile, per un subacqueo, incontrarle allo scoperto, durante i loro brevi spostamenti, e l'individuazione sul fondo è davvero difficoltosa a causa delle grandi capacità mimetiche.
Questi animali possono vivere anche più di vent'anni e la cosa fa riflettere quando ci si trova di fronte a una creatura longeva del regno sommerso, una splendida creatura a torto giudicata brutta da chi non ha avuto la fortuna di vivere tutta una serie di incontri ravvicinati sott'acqua, a tu per tu con il pesce!



Magenes Editoriale e gli autori
vi invitano alla presentazione del libro:

Immersioni
Luoghi insoliti e tecniche

INGRESSO GRATUITO

13 APRILE ORE 18.00
AUDITORIUM GALATA MUSEO DEL MARE
Calata de Mari, 1 - Genova

Al tavolo dei relatori: Pierpaolo Montali, Mario Spagnoletti e Gabriele Paparo

IL LIBRO

Questo libro, impreziosito da suggestive fotografie, accompagna i lettori in quattordici emozionanti immersioni, che descrivono luoghi anche particolari e inconsueti che si possono esplorare sott'acqua.
Da grotte a fiumi sommersi, dai relitti d'epoca e aerei inabissati, ai luoghi insoliti come la diga e il monastero del lago di Vouglans, dalle acque calde del Mediterraneo a quelle buie dei laghi, gli autori ci accompagnano in un viaggio entusiasmante che chiunque sia affascinato dagli abissi vorrebbe intraprendere.

Il libro è corredato da una sezione che illustra le tecniche di immersione a cura di Gabriele Paparo.

GLI AUTORI

Pierpaolo Montali è un sommozzatore esperto dei diversi tipi di ambienti sommersi, organizzatore di conferenze divulgative, scrittore, fotografo, istruttore tecnico e guida.

Mario Spagnoletti è un sommozzatore esperto dei diversi tipi di ambienti sommersi, fotografo e organizzatore di conferenze divulgative.

Gabriele Paparo ha fatto della passione per questa attività la sua professione: è infatti un Palombaro/Sommozzatore della Marina Militare Italiana. Istruttore di diverse didattiche, fa immersioni profonde con rebreather in differenti ambienti.

AUTORI: PIERPAOLO MONTALI e MARIO SPAGNOLETTI
TITOLO: IMMERSIONI. LUOGHI INSOLITI E TECNICHE
COLLANA: TECNICA
FORMATO: 17X24
PAGINE: 208
EURO: 19,50
ISBN: 9788866490326

Per informazioni:
Magenes Editoriale
via Mauro Macchi, 52 - 20124 Milano
tel. 02 66710816
info@mageneseditoriale.it
ufficiostampa@mageneseditoriale.it
www.mageneseditoriale.it

IN COLLABORAZIONE CON

costa edutainment experience

Solidarietà e Lavoro
Società Cooperativa Sociale - onlus

SPONSOR TECNICI

Associazione Promotori Musei del Mare e della Navigazione

MAGENES

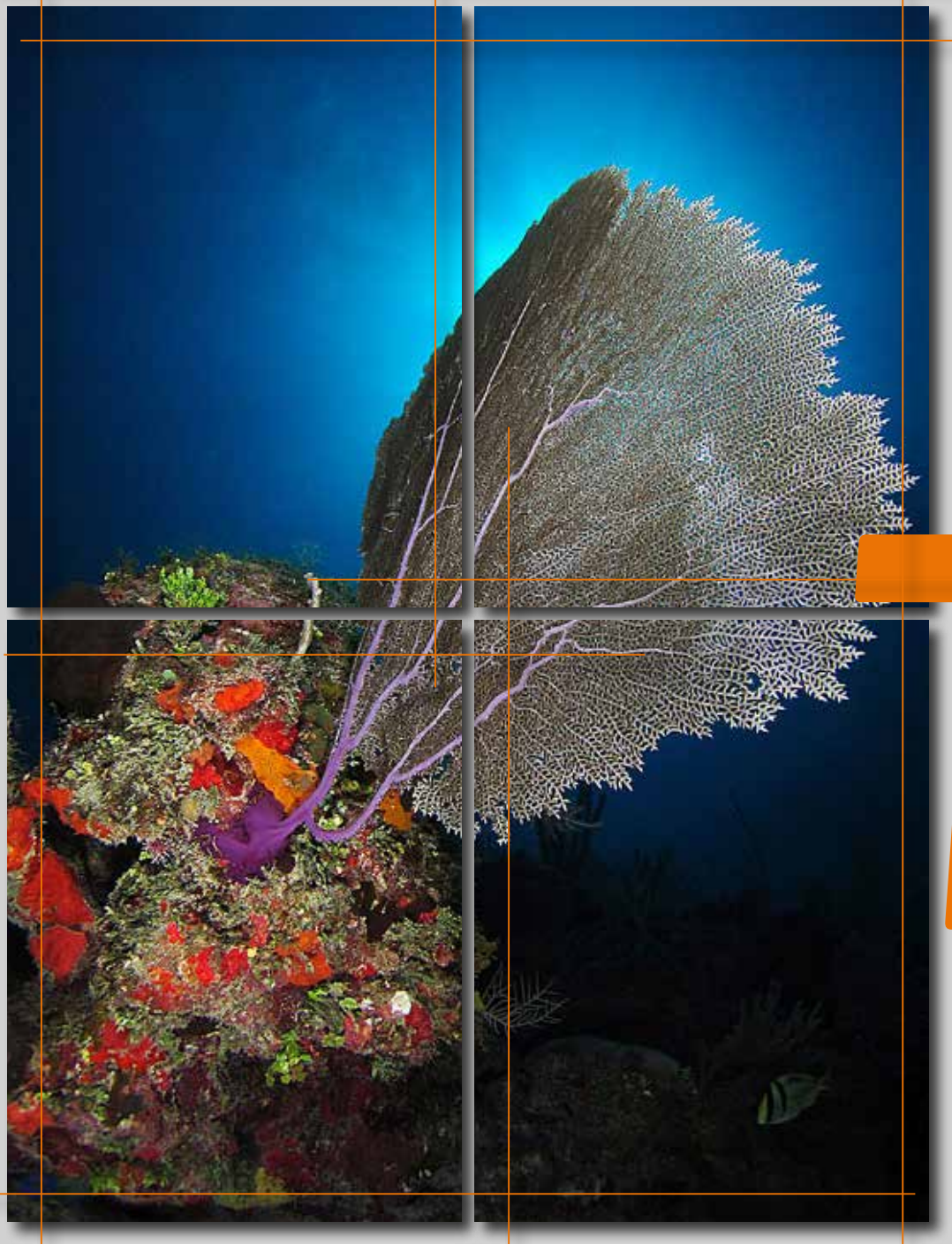
COLTRI COMPRESSORS

Foto di Giorgio Della Rovere

GUARDARE E NON TOCCARE

UNA RECIPROCA CONVENIENZA

Cannoni del Russian destroyer



NON POSSIAMO FARCI NULLA,
È PIÙ FORTE DI NOI, DOBBIAMO TOCCARE TUTTO!
CAPIRE COME SONO FATTE LE COSE,
CHE CONSISTENZA HANNO,
ANALIZZARE LA LORO FORMA NEI MINIMI PARTICOLARI,
LA LORO COLORAZIONE. . .
È UN RICHIAMO IRRESISTIBILE,
UNA CURIOSITÀ DELLA QUALE NON POSSIAMO
FARE A MENO, E CHE È NELLA NOSTRA NATURA.

A sinistra - I famosi e coreografici "ventagli" che caratterizzano le barriere tropicali o le pareti mediterranee sono spesso soggetti a numerosi impatti meccanici dovuti a pinneggiate di subacquei poco attenti.

Tutto ciò è verissimo soprattutto quando siamo piccoli e abbiamo appena cominciato a scoprire il mondo. Il problema è che poi col tempo si cresce e uno dovrebbe, in alcune occasioni, riuscire a controllare la propria curiosità e capire quando può o non può toccare.
Come in quei negozi dove sulle mensole o sulle pareti si ritrovano dei cartelli con su scritto: "Si prega di non toccare la merce in esposizione". È semplice, si guarda, si osserva e non si tocca.

Eppure quando una persona comincia a fare immersioni è come se tornasse bambino. La voglia di toccare tutto prevale, qualunque cosa si trovi sott'acqua stimola la nostra curiosità con un'attrazione incontrastabile. Sia che si tratti di un pezzo di roccia ricco di incrostazioni o di una bottiglia di vetro divenuta ormai rifugio per una lunga serie di organismi… poco importa.
È diverso dal quotidiano, non sappiamo esattamente cosa ci sia sopra (o dentro) e in più si trova sott'acqua. Sono motivazioni più che sufficienti per instaurare una genuina tentazione a toccare quanto stia davanti a noi!
Ecco quindi che le guide e gli istruttori dei diving cominciano a prodigarsi in raccomandazioni e, a volte, persino in veri e propri divieti per evitare le possibili conseguenze di tale comportamento.
In molti paesi tropicali ad esempio è proibito immergersi con i guanti proprio per far desistere il subacqueo dal toccare qualunque cosa veda perché finché si tratta di un oggetto inanimato è un conto… ma quando si parla di organismi non è più solo la nostra curiosità a essere in gioco.

Ma quali sono i motivi per tali accorgimenti?

Partiamo da quello che ci riguarda in maniera più diretta, ovvero un motivo di sicurezza personale. Molti organismi infatti possono essere considerati "pericolosi" per l'uomo se maneggiati incautamente o toccati senza motivo.

Quale genitore al mare non ha, almeno una volta, fatto mille raccomandazioni ai figli sul fatto di fare attenzione ai ricci e ai pomodori di mare (*Actinia equina*)?

Il perché è molto semplice, i ricci pungono e i pomodori sono urticanti. Si tratta di organismi molto comuni nei nostri mari e che si ritrovano facilmente a livello dell'escursione mareale o in pochi metri d'acqua. Proprio per questo sono ampiamente conosciuti anche da chi non effettua immersioni ma si limita a godersi un bel bagno in superficie con maschera e pinne. Essi non sono però gli unici esempi di organismi "pericolosi per l'uomo" presenti in ambiente marino. Molti di questi non sono così comuni ed è quindi facile che l'incauto subacqueo, ignaro di ciò che si ritrova davanti, possa cedere alla curiosità e rischiare così di tornare in superficie "scottato".

Come si suol dire però *Sbagliando s'impara* (o almeno si dovrebbe), ecco quindi che il singolo errore può diventare un monito ben più efficace di qualunque raccomandazione fatta in superficie.

Tuttavia prevenire è sicuramente meglio che curare, e talvolta può capitare che l'errore sia un po' più grave della spina di riccio da dover estrarre dalla mano.

Alcuni organismi infatti sono in grado, ad esempio attraverso il morso o spine e aculei, di rilasciare tossine aventi le azioni più diverse: epatotossine, ematotossine, neurotossine etc.

A destra - Organismi appartenenti al phylum degli Cnidaria hanno sviluppato come strategia di attacco e difesa delle particolari cellule presenti sui tentacoli, dette Cnidociti, che li rendono urticanti. **In basso -** Molti pesci, tra cui quelli appartenenti al genere *Scorpaena*, possono presentare a livello del lato dorsale o laterale spine o aculei.

Ecco quindi che non si tratta più soltanto di un morso da disinfettare e lasciare cicatrizzare, ma di qualcosa che può creare dei problemi ben più gravi come mal di testa, vomito, paralisi etc. Non di sicuro l'ideale per svolgere un'immersione in maniera rilassante e sicura.

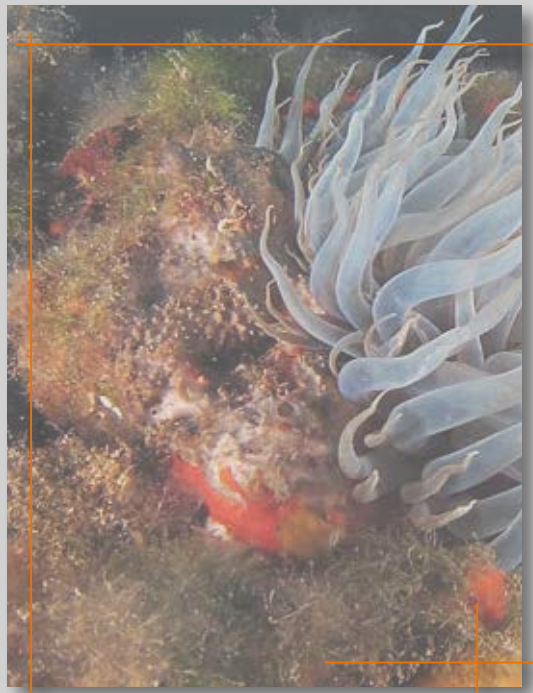
In altri casi anche il semplice contatto può portare a delle conseguenze ben più prolungate della semplice irritazione momentanea. La maggior sensibilità di una persona a determinate sostanze può incidere in maniera significativa sulla reazione dell'organismo. Una semplice "puntura" di medusa può innescare anche reazioni allergiche e, nei casi peggiori, uno shock anafilattico.

Andando agli estremi possiamo parlare del famoso "polpo ad anelli blu" (*Hapalochlaena lunulata*). Un cefalopode che, grande quanto una pallina da golf, è in grado di portare un essere umano alla morte grazie a una neurotossina prodotta da alcuni batteri simbionti presenti nelle sue ghiandole salivari.

Insomma… non fatevi ingannare dalla taglia, grandi o piccoli che siano, alcuni organismi sono potenzialmente letali o comunque in grado di lasciarvi un ricordo poco piacevole dell'immersione della giornata! Motivo per cui, meno vengono disturbati meglio è. Dopotutto le loro sono solamente strategie di difesa.

Spostiamoci ora a quello che è il lato "ecologico" della questione.

Purtroppo molti subacquei non si rendo-



no conto dei possibili danni che possono arrecare agli organismi maneggiandoli incautamente, o dei danni da impatto che la loro immersione può provocare se non effettuata con attenzione.
È ormai un dato di fatto che, specie al fondo di pareti spesso frequentate dai subacquei, vi sia una concentrazione maggiore di resti di organismi. Non stiamo parlando però di organismi quali pesci, nudibranchi, stelle… ma di veri e propri tappeti di frammenti di briozoi, gorgonacei, coralli, spugne etc. Organismi fragili che presentano dei tempi di accrescimento spesso molto prolungati. Il *Corallium rubrum,* ad esempio, mostra un tasso di crescita di pochi centimetri all'anno (3-4 cm/anno) in lunghezza e di decimi di millimetro (0,5-0,8 mm/anno) in spessore. Provate ora a fare un calcolo e vedere quanto tempo hanno impiegato per crescere quei piccoli rametti che avete visto durante alcune delle vostre immersioni.

I fondamentali della subacquea, quali la regolazione dell'assetto o una corretta pinneggiata, possono sembrare di scarsa importanza al neofita coinvolto dalla novità della situazione, oppure essere ancora di difficile gestione. Ecco quindi che un assetto non corretto o una pinneggiata non idonea vicino a pareti ricche di questi organismi possono creare dei veri e propri danni, dei quali peraltro il subacqueo novizio potrebbe anche non accorgersi.

La stessa cosa può essere detta riguardo l'abitudine di prendere fisicamente gli organismi e farli poi passare nelle mani di tutto il gruppo. La delicatezza di molte specie è tale per cui anche un semplice gesto come questo può provocare loro dei danni. Un giglio di mare (*Antedon mediterranea*) si ritroverà facilmente ad avere i peduncoli spezzati a causa della resistenza che oppone alla trazione, con essi infatti si fisserà al substrato opponendosi alla manovra del subacqueo, che invece potrebbe tentare di tirarlo via dalla roccia fino a romperli.
Estrarre un polpo fuori dalla tana può portare al danneggiamento dei tentacoli e perfino al loro distacco. Nel caso di una femmina con le uova inoltre causerà l'abbandono della tana e di tutta la possibile prole che non sarà più difesa, e diventerà cibo per gli organismi circostanti.
E via dicendo…

Insomma, il semplice fatto di entrare in un altro ambiente comporterà nel tempo delle modifiche allo stesso, per questo motivo l'immersione a "impatto zero" non esiste.
Però con qualche accortezza, e un po' di buon senso, possiamo avvicinarci molto!

Purtroppo piccoli impatti, a lungo andare, si sommano e possono portare a conseguenze ben più gravi che nemmeno sospettiamo. Si parla del famoso effetto farfalla, secondo il quale lo sbattere d'ali di una farfalla genera, in un'altra parte del mondo, una tempesta a causa di una concatenazione di eventi che porta ad amplificarne l'effetto.

Se vogliamo mantenere i nostri siti d'immersione nella migliore condizione possibile e il più a lungo possibile allora bisogna impegnarsi per evitare anche quei piccoli danni che a lungo andare potrebbero diventare permanenti o ingigantirsi.
Certo nessuno è perfetto e tutti sbagliano… ma con un po' di attenzione e accortezza in più si sbaglia sicuramente meno e i vantaggi saranno reciproci, per gli organismi e per noi!

DI FRANCO BANFI E SABRINA MONELLA

DOVE TERMINA LA STRADA, INIZIA L'AVVENTURA!

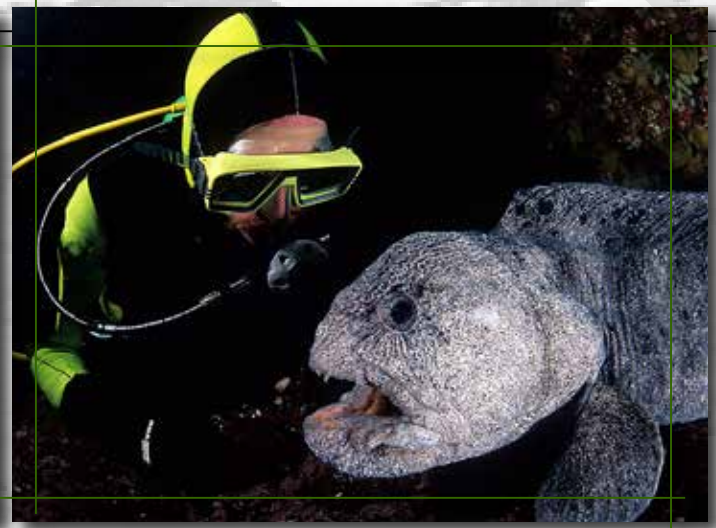
Il sole di mezzanotte e l'aurora boreale fanno da sfondo alla natura e ai villaggi lontani che punteggiano la costa meridionale dell'Alaska. Nella parte più settentrionale, essa lambisce il circolo polare artico.

Alaska è il più grande stato degli Stati Uniti d'America, con una superficie di 64.750 km², ed è una destinazione ideale per attività all'aria aperta, dalle più consuete alle più estreme.
Le possibilità sono quasi illimitate: escursioni sui ghiacciai o attraverso la foresta pluviale; rafting percorrendo fiumi che scorrono nel bel mezzo della natura selvaggia; pagaiare con un kayak attorno agli iceberg; godersi un bagno nelle sorgenti calde accanto a cascate osservando le bellezze naturali della fauna e della flora locale; imbarcarsi per un volo aereo panoramico e sorvolare alcune delle più affascinanti montagne del nord America.
I fondali sono stati descritti da *Jacques Cousteau* come secondi soltanto al Mar Rosso per la varietà dei colori e la diversità degli animali che li popolano. Le acque fredde e ricche di plancton dell'Alaska sostengono una quantità di creature adattatesi a vivere al freddo: leoni marini, balene, orche, halibut, fino ai cirripedi. Inoltre, vari errori umani hanno contribuito ad arricchire i fondali con i resti di circa 700 relitti di navi.
Per anni sono circolate poche notizie, vaghe e remote, delle immersioni in Alaska, e quelle nell'*Inside Passage*, a nord di Vancouver Island, erano considerate impossibili. Negli ultimi quindici anni invece, il capitano Mike Lever del *Nautilus Swell* - un'imbarcazione di 28 metri, perfettamente attrezzata per crociere naturalistiche - ha iniziato le esplorazioni subacquee rivelando ambienti di una bellezza selvaggia. Ha scoperto alcuni siti di immersione eccezionali e ha sviluppato una varietà di itinerari che uniscono le escursioni terrestri all'osservazione della vita marina incredibilmente ricca di invertebrati e pinnipedi. Egli è un appassionato sostenitore della conservazione degli ecosistemi naturali e da lui ho imparato molto dei delicati e unici ambienti caratteristici di quest'area.

Ho visitato l'Alaska nei mesi estivi, durante la fioritura di plancton. Questa condizione solitamente è favorevole all'incontro con le megattere, intente a nutrirsi di krill e pesci di piccole dimensioni, che si radunano nelle zone ricche di plancton. Non ho avuto la fortuna di osservarle, ma le ho sentite vocalizzare più volte. Tuttavia i pesci, insieme con gli invertebrati, i nudibranchi, colonie di anemoni, stelle di mare, cetrioli di mare, gamberi, granchi, polpi, leoni marini, hanno animato le mie immersioni. Le acque poco profonde sono spesso occupate da sciami di piccole larve, sembra di nuotare in una nuvola verde che assorbe gran parte della luce del sole.

La mia avventura ha avuto inizio nell'isola di Vancouver in British Columbia (Canada). Abbiamo effettuato una prima tappa per visitare **Telegraph Cove**, situato alla fine del Johnstone Strait, che è un piccolo villaggio sorto nell'immenso parco marino conosciuto con il nome di ***Broughton Arcipelago***. Questa é una delle migliori destinazioni dove vedere le orche. Abbiamo proseguito verso nord fino a **Ketchikan**, porto d'entrata in Alaska, la città più meridionale e la prima dell'***Inside Passagge***. Ketchikan si trova nel cuore del ***Tongass National Forest***, un insieme di isole costituite da montagne e circondate dal mare. Dopo aver completato le pratiche doganali, siamo ripartiti alla ricerca di un posto più tranquillo. L'Inside Passage è caratterizzato da una serie di canali profondi, baie e fiordi, che si trovano sulla costa, protetti dal susseguirsi di isole esterne. Questo canale naturale è comodo perché offre riparo dalle avverse condizioni marine. Il percorso è caratterizzato da scorci di montagne che s'innalzano dal livello del mare fino a quasi mille metri d'altezza, in un susseguirsi di fitte foreste, cascate e scoscese pareti di granito.

L'indomani abbiamo attraversato Clarence Strait e fatto rotta verso il ghiacciaio di **Le Conte**, incontrando i primi iceberg. Il contrasto tra il blu del ghiaccio più compatto e il verde intenso delle foreste ci ha lasciato attoniti. Avvicinandosi al ghiacciaio Le Conte, gli iceberg aumentano di numero e di dimensione. Per questo motivo, lo scafo dell'imbarcazione viene usato come rompighiaccio, e la navigazione si fa cauta, fino ad arrivare ai piedi del ghiacciaio.
Durante la sosta abbiamo avuto la possibilità di fare una nuotata, indossando la muta stagna, nelle vicinanze degli iceberg più piccoli, meno pericolosi, e abbiamo provato a restare in equilibrio sulle lastre ghiacciate liberate dalla banchisa: una situazione esilarante visto che tutti noi continuavamo a scivolare in acqua. Altri partecipanti, che invece hanno optato per un'escursione con il kayak, hanno potuto avvicinarsi alle foche che riposavano con i loro cuccioli sulle lastre di ghiaccio.
Dopo breve tempo siamo ripartiti con molta cautela, perché l'abbassamento della temperatura aveva compattato la banchisa. Con il *Nautilus Swell* non abbiamo corso alcun pericolo, poiché non ha problemi a farsi largo e a raggiungere le acque libere.
Ci siamo diretti verso **Icy Strait**, una delle migliori destinazioni per osservare le megattere mentre si alimentano. Questi cetacei adottano una tecnica molto particolare: per mezzo degli sfiatatoi, emettono un intreccio di bolle d'aria e circoscrivono i pesci in un'area limitata. Le bolle che risalgono in superficie inducono anche i pesci a risalire e qui trovano le megattere che li aspettano a fauci spalancate.
Seguendo il nostro itinerario siamo arrivati all'**isola Baranof**, caratterizzata da sorgenti calde geotermiche e da un lago glaciale, immerso in una foresta pluviale. Ci siamo tuffati a ***Inian Wall***, una parete ricca di colore, ricoperta da coralli molli rosa e bianchi, anemoni giganti, spugne cremisi, nudibranchi, ricci e stelle marine. Mille occhi ci scrutavano



mentre noi stessi osservavamo la parete: gamberi e paguri stavano controllando la nostra inconsueta presenza. Più a lungo osservavamo un corallo, maggiore vita marina si rivelava ai nostri occhi.
La tappa seguente è stata l'**isola di Yasha**, una piccola isola che ospita un'enorme colonia di leoni marini di Steller (*Eumetopias jubata*) chiamati anche leoni marini del nord, per differenziarli dai loro più prossimi parenti, i leoni marini della California. Differiscono soprattutto per la mole, essendo i leoni marini di Steller più robusti, i più grandi della specie. Le coste della piccola isola sono letteralmente invase da questi pinnipedi: è possibile distinguere i vari harem, gruppi di femmine con al centro un grosso maschio, ordinati secondo una stretta gerarchia sociale.
Durante l'immersione, l'interazione con i leoni marini è stata fantastica. Come spesso accade fra i mammiferi, sono gli esemplari più giovani a mostrare il maggior interesse verso i sub. Talvolta semplicemente si avvicinano timidamente per poi scomparire dal nostro campo visivo; più spesso sono rimasti con noi per molto tempo. Durante un'indimenticabile immersione abbiamo giocato con alcuni leoni marini che si divertivano a rimanere verticali sopra le nostre teste, divertendosi a mordere le bolle d'aria espirate, e talvolta le fruste degli erogatori. In particolare un esemplare si è fermato a specchiarsi nel dome della macchina fotografica, osservando ammaliato la propria immagine riflessa dall'oblò. Lentamente, ho allungato una mano verso di lui e lui ha iniziato a mordicchiare i guanti, in modo gentile. Inutile dire che sono rimasto basito!

Il nostro itinerario è terminato a **Juneau**, capitale dell'Alaska. Juneau si trova a nord, quasi alla fine dell'Inside Passage, punto d'ingresso del ghiacciaio ***Bay National Park***, annidata tra le torreggianti montagne e le basse coste del canale di Gastineau.
Il ghiacciaio di Bay National Park è un residuo dell'ultima era glaciale: è caratterizzato da ghiaccio a bassa costa, che si frattura e rovina nel mare glaciale, fiordi dai fianchi scoscesi e poche piante abbarbicate sui fianchi delle valli erose dal ritiro dei ghiacciai.
Il clima mite della ***Tongass Rainforest*** garantisce a Juneau una abbondante quantità di fiori selvatici che ingentiliscono lo sky-line di edifici di architettura moderna e le pittoresche costruzioni in stile vittoriano. La città si trova alla base di due montagne alte più di mille metri.
Dietro c'è ***Mendenhall***, uno dei 38 maggiori ghiacciai della banchisa. Si può raggiungere a piedi percorrendo un sentiero che attraversa la foresta tropicale Tongass, per poi inerpicarsi sul suolo ghiacciato. La stazione di partenza della cabinovia del Mount Roberts Tramway si trova vicino all'attracco delle navi da crociera, alla base del Monte Roberts: ogni sei minuti, le cabine salgono verso la cima, offrendo un panorama spettacolare.
Aquile, corvi, marmotte, caprioli, cervi e occasionalmente orsi si avvistano regolarmente nella foresta che circonda la stazione d'arrivo della cabinovia. Da qui partono diversi sentieri segnalati e non, di diversa difficoltà, per immergersi nella natura.

Il viaggio non ci ha riservato unicamente il meglio delle immersioni in acqua fredda in termini di diversità, ma è stato particolarmente gradito anche ai partner non subacquei, per la moltitudine di attività proposte: kayak, trekking, sorgenti calde, osservazione delle balene o semplicemente la vasca idromassaggio del *Nautilus Swell*. Quasi tutta la navigazione è stata effettuata di notte, per utilizzare al meglio il tempo a disposizione durante il giorno. Le immersioni sono organizzate durante le fasi di stanca di marea, condizione che permette circa tre immersioni al giorno. La scelta dei siti di immersione e dell'itinerario è a discrezione del capitano Mike, che fa del suo meglio per garantire la soddisfazione degli ospiti.

Informazioni turistiche

Il viaggio

I viaggiatori che provengono dall'Europa sono obbligati prima a fare scalo a Seattle, Los Angeles, Detroit o Vancouver, e di qui a prendere un altro volo per raggiungere il porto d'imbarco della *Nautilus Swell*.
È consigliato fare scalo aereo a Seattle per avere collegamenti aerei frequenti e convenienti, con la compagnia aerea *Alaska Airline*, sia diretti all'aeroporto di Sitka che di Juneau.

La crociera

Le partenze sono effettuate alternativamente dal porto di Juneau o di Sitka; sono previste soltanto due partenze ogni stagione da Ketchikan.
In programma ci sono crociere di varia durata:
8 gg/7 notti - 11 gg/10 notti - 13 gg/12 notti - 15 gg/14 notti. Partendo dall'Europa, la crociera di una sola settimana è ideale se poi si abbina un ulteriore itinerario terrestre e/o culturale per visitare l'Alaska.
Le immersioni notturne sono proibite.

L'imbarcazione

Il *Nautilus Swell* è una comoda imbarcazione dall'aria romantica, una nave d'epoca in legno che ci fa sentire subito a casa. In passato è stato utilizzata come rimorchiatore, barca charter da pesca e nave da crociera per immersioni in tutte le parti del Nord Pacifico occidentale. È stata completamente rinnovata e ristrutturata per tre volte, la più recente nel 2005.
Ci sono 7 cabine : 2 suites e 5 doppie, per un numero massimo di 12/14 passeggeri.

Per informazioni:
www.nautilusswell.com/Scuba_diving_Alaska_BC
info@nautilusswell.com

Visti

I requisiti per l'ingresso sono gli stessi che sono necessari per gli Stati Uniti. Il passaporto deve avere una validità residua di almeno sei mesi oltre il periodo di permanenza negli Stati Uniti.
Il nuovo *Visa Waiver Program* consente ai cittadini italiani di entrare negli Stati Uniti per un periodo massimo di 90 giorni senza il visto statunitense, presentando il solo passaporto valido, cioè del nuovo tipo elettronico, ovvero dotato di microchip integrato su cui vengono immagazzinati tutti i dati del titolare. Anche i minorenni, neonati compresi, per rientrare nel programma di esenzione dal visto dovranno avere il loro personale passaporto con le stesse caratteristiche descritte sopra. In base al *Visa Waiver Program* occorre anche essere in possesso del biglietto aereo di andata e ritorno.
Il governo degli Stati Uniti ha implementato un Sistema Elettronico per l'Autorizzazione al Viaggio (ESTA).Per informazioni visitare www.cbp.gov/esta.
Considerato che le disposizioni cambiano frequentemente, consultare anche il sito del Dipartimento di Stato americano (http://travel.state.gov/visa).

Rischi sanitari

Scottature e irritazioni dovute a una prolungata esposizione al sole o al vento.
Consigliamo vivamente di stipulare un'assicurazione sanitaria che preveda, oltre alla copertura delle spese mediche, anche l'eventuale rimpatrio aereo sanitario o il trasferimento in altro paese.
Le spese mediche in USA sono a pagamento.

Fuso orario:

9 ore indietro rispetto al meridiano di Greenwich

Elettricità: 110/120 V, 60 HZ

Pesi e misure: sistema britannico

WILDLIFE PHOTO TOURS

con Franco Banfi

5-13 luglio 2013

Azzorre

squali blu
mako e
mobule

Per informazioni scrivete a: info@banfi.ch

19 gennaio
2 febbraio 2014

Dominica

capodogli

Franco Banfi Canon explorer of Ambassadors Programme.

Asd Aria e Acqua
unione discipline aeree & subacquee
Unione di discipline
Aeree & Subacquee
www.ariaeacqua.com
info@ariaeacqua.com
Tel 089226535 - 3492849116

PROFESSIONISTI
DELLA TUA VACANZA
SUBACQUEA

ARIA & ACQUA HA IDEATO PER TE TRE MAGNIFICI PACCHETTI:

75 100 175

I NOSTRI PACCHETTI

75) 1 pernottamento con prima colazione, 2 immersioni - 75 €

100) 2 pernottamenti con prima colazione, 2 immersioni - 100 €

175) 3 pernottamenti con prima colazione, 4 immersioni - 175 €

Francesco TURANO

fotosubturano@gmail.com

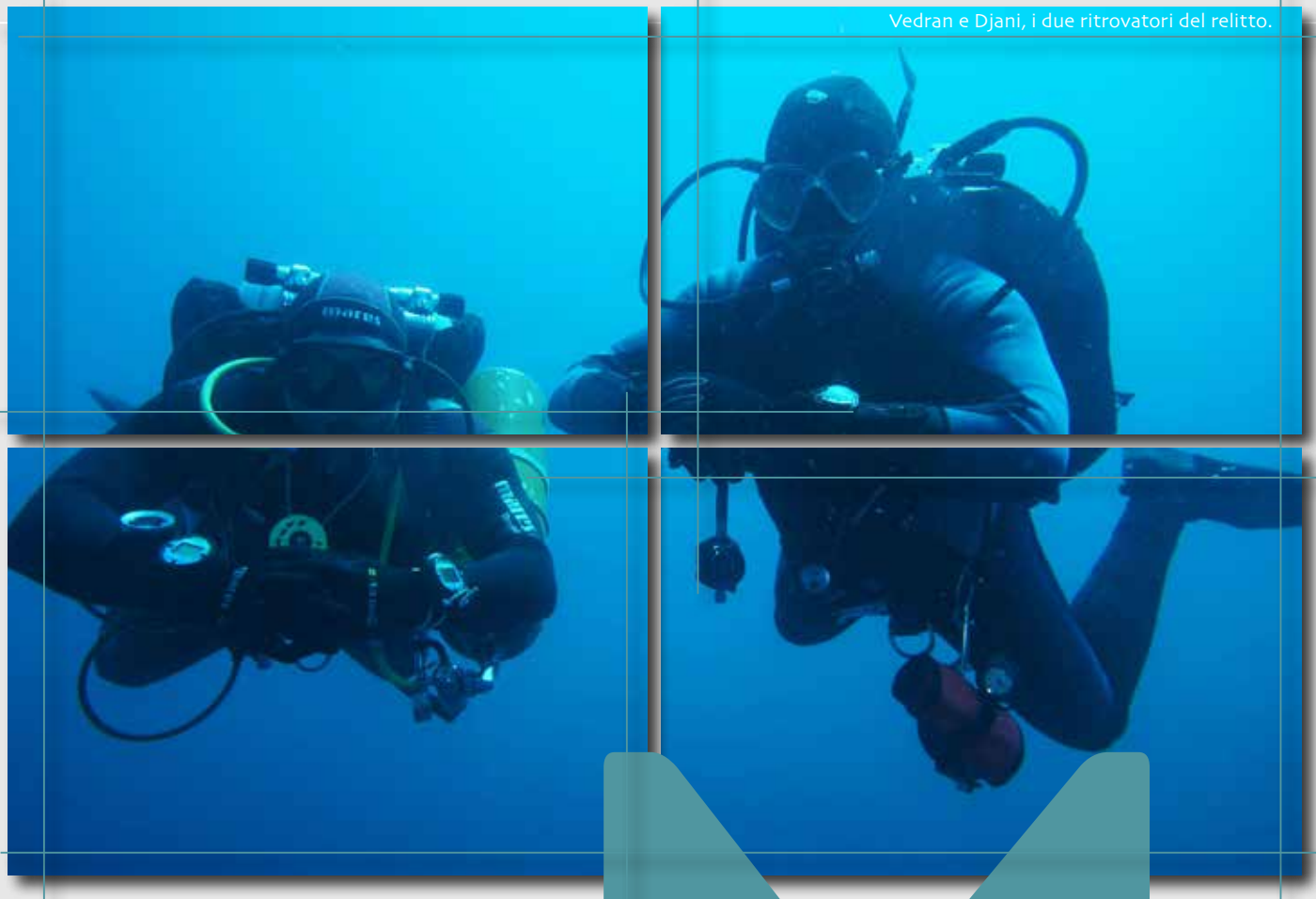
Dive maps: disegni e mappe di secche, relitti e altre tipologie di fondale marino
Schede immersioni: per briefing uso diving, personalizzate con foto e disegni
Fotosub: reportage naturalistico e scientifico - stage, corsi, formazione
Biologia marina: corsi teorico pratici per subacquei sportivi
Illustrazioni, grafica, poster e tavole naturalistiche

DI PIERPAOLO MONTALI

KRIEGSMARINE

IL RELITTO ROVESCIATO SUL FONDO DEL MARE

Scafo piatto dell'imbarcazione.



Vedran e Djani, i due ritrovatori del relitto.

LA MIA GRANDE PASSIONE PER LA RICERCA E L'INFORMAZIONE CORRELATE AL MARE MI HANNO SPINTO, ANCHE NELL'ESTATE DEL 2012, ALLA REALIZZAZIONE DI UNA PICCOLA ESCLUSIVA DOCUMENTALE ACQUISITA IN MODO DEL TUTTO CASUALE...

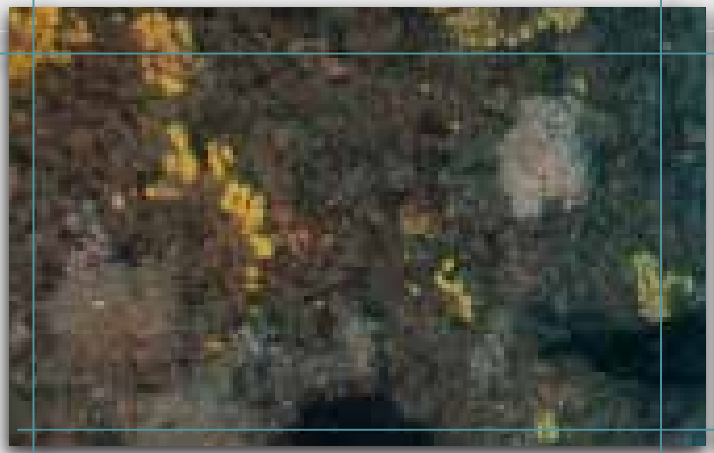
Mi trovavo in vacanza con la famiglia in Croazia e, dopo aver passato le prime due settimane in modo quasi normale in Istria, alla ricerca dell'immersione su di un relitto storico ancora da fare e pur completando il reportage d'immagini su un altro interessantissimo giacente in basso fondale melmoso davanti Città Nova (o Novigrad, come dicono i Croati d.o.c.), feci rotta verso sud con destinazione un'isola collegata alla terraferma attraverso un piccolo ponte di circa quattrocento metri che sormonta un istmo roccioso dal mare turchino.

Pag è oggi conosciuta dalla più parte delle persone come meta turistica giovanile e sede del divertimento notturno forzato delle famosissime discoteche *on the beach* di Novaljia.
L'aver calcato invece con occhio curioso, analitico e più maturo della mia non più verdissima età quel terreno aspro e riarso dal sole, corredato al nord da una fantastica conservazione di esemplari di olivastri millenari (forse i più vecchi di tutto il bacino del Mediterraneo) e in generale dall'allevamento ovino che dà luogo alla produzione del famosissimo quanto ottimo formaggio locale, mi ha posto nella giusta condizione per ricercare senza il bisogno di trovare, e di aver trovato pertanto dopo con ancora maggiore e più sensibile soddisfazione, motivata appunto da una mancanza di ambizione specifica e mirata.
Un pomeriggio al mare con la famiglia decisi quindi di andare a cercare un diving che facesse immersioni in zona e che avesse in catalogo almeno un relitto.
Incontrai l'amico *Vedran* sul far della sera, che, dopo aver assunto le necessarie informazioni sulle mie qualifiche e competenze in materia e con il suo piglio gioviale e ottimista, mi disse che da lì a due giorni avrebbe fatto il relitto tedesco rovesciato con i sub più esperti di zona.
La mia innata curiosità salì e produsse un'immancabile reazione endorfinica di interesse pieno.
Il suo diving dispone di un gommone attrezzato per le immersioni di gruppo, oltre che di una stazione di ricariche gas e di una solida base per la scuola subacquea.
Djani e Juriça sono i due amici di Zara che con lui condividono la passione per la ricerca storica e per i relitti di zona in genere.

Il **26 marzo del 2012** la loro dedizione, dopo sei mesi di meticolose e caparbie ricerche contrastate aspramente dal perdurare della bora invernale, viene premiata: trovano il relitto dell'imbarcazione che cambierà le loro esistenze di lì in poi.
Per Juriça, in particolare, questa è la dimostrazione di un teorema: *la cruenta battaglia tra Tedeschi e Inglesi del 10/11 ottobre 1944 ha lasciato ampie tracce dello sviluppo degli eventi sul fondo del mare e le sue teorie, sino a quel momento soltanto documentali, sono ora finalmente sostenute da un tangibile ritrovamento.* Per Djani e Vedran invece si tratta di quella sottilissima e autentica vena di intima soddisfazione percepita soltanto dal subacqueo che arriva per primo su di un relitto sino ad allora mai visto da altri.

Ma veniamo allo sviluppo degli avvenimenti ora, giusto per inquadrare l'**ambientazione storica** del conflitto navale che determinò l'affondamento.
Il 10 ottobre del 1944 alle ore 13:00 salpò dal porto di Komiza, sull'isola di Vis, un convoglio di navi britanniche, composto da una motocannoniera (comandante Bligh T.J.) e tre torpediniere (MTB 63, 637 e 638, comandate dai Ten. Blount W., Davidson R.C. e Lummis D.), destinate al pattugliamento dell'area marittima prospiciente le isole di Vir e Molat.
Il gruppo era comandato dal tenente Bligh e l'obiettivo era quello di compiere una ronda notturna per poi rientrare su Vir. In particolare era da pattugliare il tratto di mare compreso tra le due isole, disegnato idealmente sulle carte nautiche come il collo di bottiglia della rotta marittima, tra Fiume e Zara, che i Tedeschi avevano individuato per portare rifornimento alle divisioni campali operanti in Dalmazia, a causa del fatto che la pressione costante dei gruppi partigiani sulle vie di comunicazione interne balcaniche rendeva ormai difficile, o impossibile, la medesima operazione via terra.
Gli Inglesi erano stati informati probabilmente della presenza e dei passaggi tedeschi dai propri esploratori e dai partigiani titini stessi, che avevano individuato la rotta e i convogli passanti da qualche tempo, ancorché il percorso fosse apparentemente illogico rispetto a quello del canale di Velebit.
L'imboscata era dunque nell'aria da qualche settimana e lo scontro a fuoco non fu che il frutto dell'occasione cercata; tanto più che la notte tra il 10 e l'11 ottobre una squadra di navi tedesche, composta da una torpediniera (TA - 40), due corvette (UJ - 202 e UJ - 208) e altre otto navi minori aveva preso ad attaccare dal mare l'isola di Molat.
Gli Inglesi riuscirono ciononostante ad appostare la loro piccola flotta di interdizione presso il porto di Ist sull'isola di Vir verso le 03:45, osservando i bagliori lontani e i traccianti sull'isola di Molat già sotto attacco.
La notte era cominciata con toni cupi, e pervasa da una fitta e bassa foschia su di un mare nero.
Secondo le cronache dell'epoca il convoglio di rifornimento tedesco era invece così composto: leader l'MFP - 973 (comandante Scharnat), con a sinistra la nave trasportante fanteria da sbarco I - O - 01 (comandante Ruckert) e a destra la nave a vela e motore rifornitrice di petrolio (comandante Wieland). A esso era stato ordinato di navigare a circa due miglia dalla costa, per evitare il rischio di incontrare la probabilissima presenza degli Inglesi pattuglianti; tuttavia tale ordine sembra che sia stato ignorato, poiché il naviglio si trovava invece a circa trecento metri dalla costa.
A un tratto quindi britannici e tedeschi si trovarono praticamente gli uni di fronte agli altri in navigazione: i primi a reagire e ad aprire il fuoco furono i marinai della *Kriegsmarine*, ma gli Inglesi furono coloro che centrarono meglio l'obiettivo, mettendo subito fuori uso la nave leader MFP - 973, che cominciò immediatamente a bruciare, rendendo lo scenario del conflitto ancora più vivido e pericoloso.
I Tedeschi, nel vano tentativo di salvare il salvabile, presero a gettar fuori dalla coperta le casse con le munizioni che avevano già preso fuoco illuminando maggiormente la nave ora divenuta bersaglio dell'artiglieria nemica.
I cannoni britannici da 20 mm martellarono inesorabilmente la flotta tedesca sorpresa nell'oscurità mettendo rapidamente fuori uso i sistemi di difesa avversari.
La MFP - 625 facente parte del convoglio nazista si dovette arrestare, colpita a morte soltanto dagli obici, poiché i siluri, per la brevità delle distanze non erano utilizzabili, a causa delle pesanti infiltrazioni di grandi quantitativi d'acqua che la rendevano non più in grado galleggiare in sicurezza.
Questo tipo di nave era una grossa chiatta lunga una cinquantina di metri e larga circa otto, potentemente armata, dotata di tre eliche con un fondo planante, motori agili e veloci e atta perciò ai combattimenti costieri, costruita

Un'imbarcazione gemella della *Kriegsmarine*.



I proiettili del cannone.

Una cassa d'armi perfettamente integra.

probabilmente sul calco delle velocissime barche italiane che avevano già messo in scacco la potente marina austro-ungarica nel primo conflitto mondiale.
I suoi marinai gettarono in mare tutto ciò che potesse far da zavorra, casse di armi comprese, ma ciò non bastò a far sì che verso le ore 23:45 la nave si rovesciasse già in superficie, carica d'acqua com'era, e affondasse definitivamente su un fondo circa 50 metri di profondità.
Sui ventun membri dell'equipaggio le cronache registrarono quattro morti e cinque feriti gravi, mentre i sopravvissuti furono recuperati dalla MFP - 973, che nel contempo aveva messo in opera le necessarie riparazioni per poter proseguire il proprio viaggio, dal momento che anche la MFP - 942 era ormai da abbandonare al proprio destino per i gravissimi danni subiti.

Le cariche esplosive che i Tedeschi erano soliti posizionare sulle loro navi per non farle cadere in mano nemica non furono fatte brillare, forse per la mancanza di tempo. I superstiti vennero poi sbarcati sull'isola prospiciente e avviati al campo di prigionia, non senza subire però altri gravi danni e menomazioni per aver attraversato al buio un campo minato precedentemente allestito da loro camerati.

Questo tragico racconto di guerra è il frutto della ricostruzione di alcuni testimoni oculari e dell'importante e appassionato lavoro dello storico Juriça Vucetic, uno dei tre caparbi scopritori del relitto del MFP - 625, che ci ha permesso di suggellare, con la conoscenza diretta dei rapporti militari, questa piccola esclusiva subacquea.

L'IMMERSIONE

L'immersione sul relitto è relativamente facile, tenuto conto del fatto che i gas diversi a uso dei sub tecnici da queste parti sono difficilmente recuperabili: il fondo si trova su di un tratto ondulato e sabbioso che gravita intorno ai cinquanta metri.
Chi scrive ha realizzato una veloce immersione in circuito aperto con base aria e decompressione dell'inerte compiuta in nitrox, per necessità di spazi e tempi contenuti.
La navigazione per giungere sul punto dell'immersione è stata di circa mezz'ora di gommone, ipotizzabile unicamente durante la buona stagione, a causa della sua esposizione al vento più insidioso in zona: la bora. Non a caso infatti la scoperta del relitto è costata ai suoi genitori putativi mesi e mesi di lavoro e di pazienti ricerche.

Il relitto non è pedagnato e non è visitabile da soli pertanto gli scopritori, giustamente, lo utilizzano ora come base di lavoro estivo e come punto di riferimento per le continue ricerche del restante convoglio tedesco affondato.
Scendere lungo la cima bianca lanciata in acqua con l'ancora da Vedran è stato elettrizzante quasi come fosse stata une delle mie prime immersioni di tanti anni fa; l'acqua, in quel tratto di mare davanti a Zara è blu cobalto come in Tirreno, e abbandona quelle tradizionali colorazioni verdastre tipiche dell'Istria che son determinate dai sedimenti provenienti dal delta del Po.
Oggi però non abbiamo la visibilità migliore: un sottile strato di plancton, con la sua relativa fioritura, crea una specie di velo sul relitto, quasi volesse celarlo e lasciare che continui a riposare in pace sul fondo del mare.
Giunti a trentacinque metri però, la sagoma grigia si comincia a intravedere egualmente sul fondo, anche se, agli occhi del subacqueo, appare come un'immensa tavola appoggiata sul terreno sabbioso.
L'ancora ha toccato terra vicina alle tre eliche in asse sullo specchio di poppa; il grosso timone centrale inclinato fa mostra di sè appena sotto esse.

Rapidi così scivoliamo lungo il profilo della fiancata alla ricerca di qualche inquadratura del sottofondo della nave: comprendo subito però che la penetrazione in questo groviglio sconvolto e sottosopra sia pressoché impossibile. Occorrerebbe infatti essere dotati di una bombola molto piccola, date le troppo basse sponde della nave, che sono state poi anche letteralmente appiattite e ingurgitate dalla terra a causa del peso della medesima sul fondo molle: dalle porte e dai boccaporti divelti e ispezionabili si intravedono casse e rottami di ogni genere che ingombrerebbero il passaggio all'interno del relitto, pur riuscendo a scorgere, da parte a parte la luce e l'acqua azzurra del mare in un solo punto di esso.
Rinuncio: il tempo a mia disposizione (con circa cinque minuti di anticipo sul resto del gruppo discendente sul relitto) e le reali possibilità di infilarmici dentro senza rischiare eccessivamente mi fanno giudicare migliore compiere il periplo dell'imbarcazione rovesciata; Vedran mi ha poi promesso di poter vedere elmetti, borracce, giubbotti salvagente, colpi di granate e bombe sparsi ovunque sul fondo granulare, oltre che le casse con le armi gettate a mare durante la battaglia.

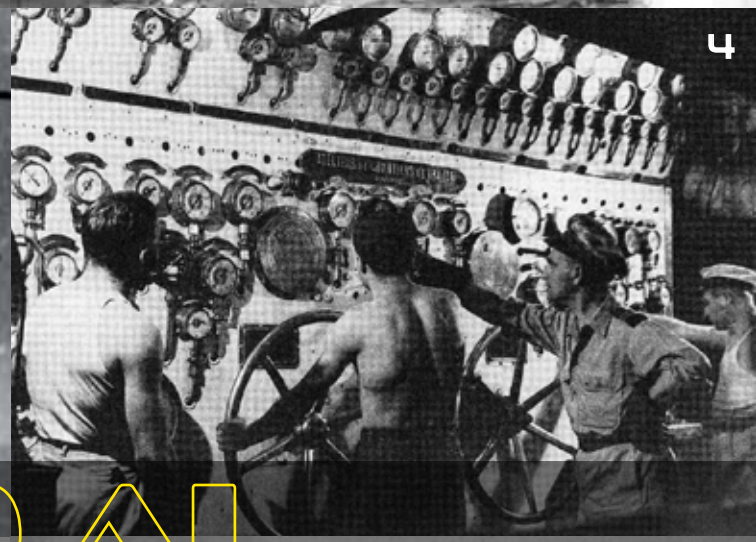
Circumnavigando il relitto infatti e spostandosi da esso, nuotando complanari nella distesa arida circostante, si ritrovano ancora intere casse di armi, aperte e chiuse, con dentro mitragliatori MG e fucili ancora risposti e incrostati dal tempo; Vedran si fa fotografare con indosso un giubbotto salvagente della Kriegsmarine che poi ripone al suo posto. Nessuno di noi tocca nulla: il luogo è sacro e magico allo stesso tempo, e non lo si deve pertanto profanare.
Il tempo passa tra un reperto e l'altro e l'aria scende di livello nella bombola: a cento bar devo dare il segnale alla mia guida, non vuole infatti rischiare nulla e giustamente anche, penso io.

Ne valeva la pena alla fine penserò, anche se i minuti a mia disposizione sono stati relativamente pochi: l'immersione totale avrà infatti la durata di un'oretta e si sarebbe potuto organizzarla con tempi più lunghi, ma sarebbe stato necessario essere soli e non avere altri clienti a bordo.
Ci rifaremo in seguito, con Vedran e Djani infatti nasce lì sotto, nuotando intorno alle fiancate del relitto sommerso, un'intesa perfetta, data dalla comune passione che ci anima.

1

2

3


4

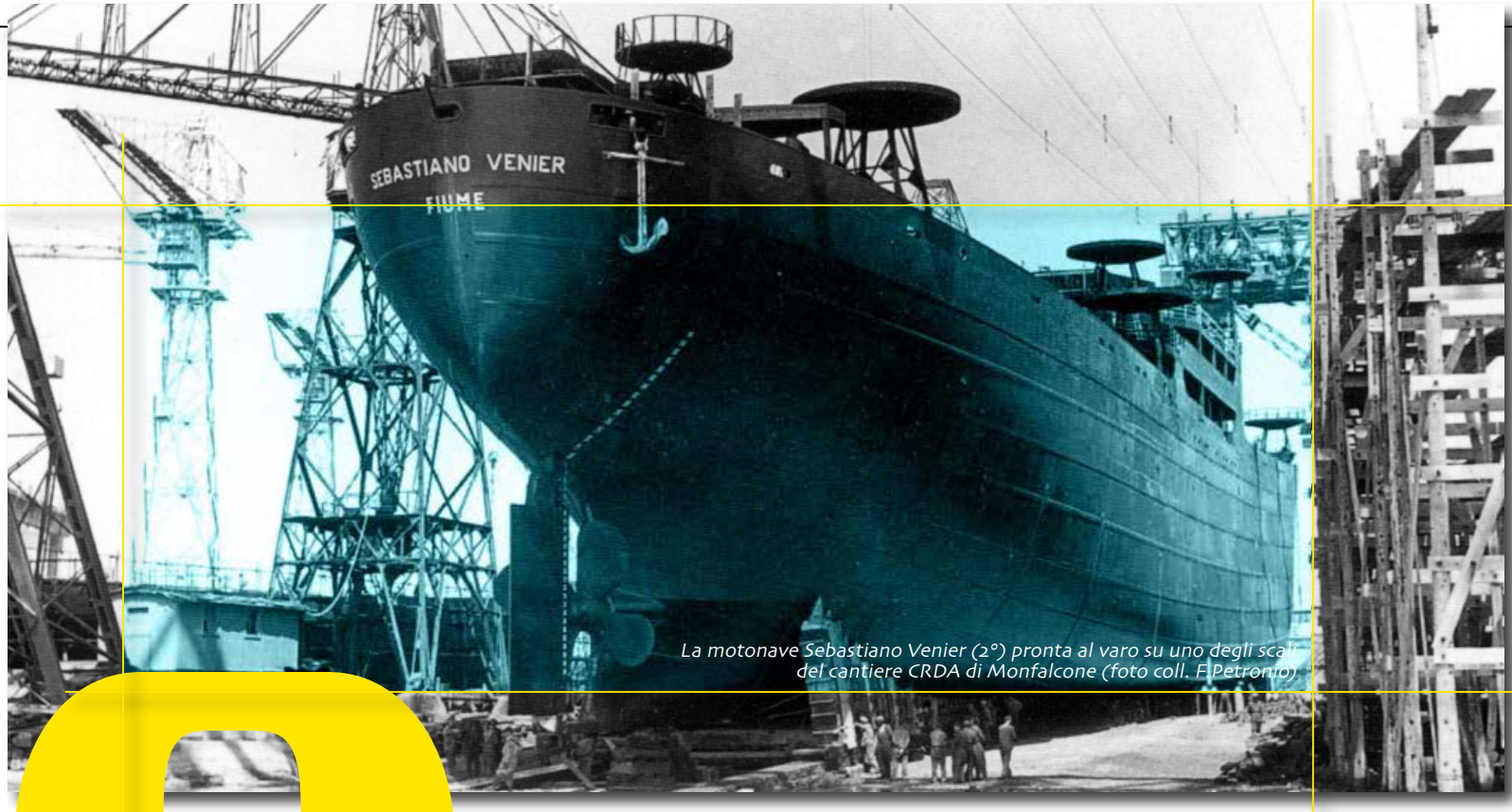
AGGUATO AL DIEDERICHSEN

Foto di Michele Favaron e Luca Perazzolo

5

6

7



La motonave Sebastiano Venier (2°) pronta al varo su uno degli scali del cantiere CRDA di Monfalcone (foto coll. F.Petronio)

IL RACCONTO DELLE IMMERSIONI DEL *NAUTICA MARE DIVE TEAM* AL LARGO DELL'ISOLA DI PREMUDA SU UN FONDALE DI CIRCA 70 METRI DOVE GIACE IL RELITTO DI UN GRANDE MERCANTILE ITALIANO REQUISITO DAI TEDESCHI DOPO L'8 SETTEMBRE 1943. FU AFFONDATO L'1 MARZO 1944 DA UN CACCIATORPEDINIERE FRANCESE GRAZIE ALLE INTERCETTAZIONI DEI SERVIZI SEGRETI BRITANNICI.

PROLOGO

«Un'azione navale troppo rapida e ordinata per essere compiuta in maniera fortuita».

Questo fu il mio pensiero al termine delle ricerche sulle cause che provocarono la perdita del mercantile tedesco *Kapitän Diederichsen* in Adriatico durante la II Guerra Mondiale.
L'agguato, nel corso del quale venne affondata la grande nave da carico, fu un'operazione tatticamente pianificata e con le sue origini all'interno dell'organizzazione segreta inglese «*Ultra Intelligence*» di Bletchley Park. Sebbene gli alti comandi germanici stessero tramando nella massima segretezza il trasferimento del *Diederichsen* dall'Adriatico all'Egeo, gli ordini trasmessi via radio vennero prontamente interpretati dai crittografi britannici. Il foglio inglese conservato presso il PRO, il *Public Record Office* di Kew Gardens, a Londra, nel fondo ADM 223, cartella ventiquattro dal titolo «*Summaries of Mediterranean Special Intelligence reports*, 2 June 1943 - 19 March 1944» attesta in maniera inequivocabile che l'imboscata al mercantile preparata per il 29 febbraio 1944 fu un attacco sferrato a seguito di sicure intercettazioni. La nota numero centocinquantatre del 18 febbraio 1944 dell'OIC, «*Operational Intelligence Centre*» dell'Ammiragliato inglese, testimonia infatti come i servizi segreti britannici fossero informati sull'esistenza di un'operazione tedesca destinata a trasferire in Egeo le motonavi *Città di Tunisi* e *Diederichsen* con dieci giorni di anticipo. Ma torniamo all'inizio della storia.

«Cercando nella rete episodi relativi ad affondamenti navali storicamente interessanti, mi imbattei in quella del* Kapitän Diederichsen. *Scrissi subito una mail a Cesare segnalando la storia che terminai con: la conosci?
La risposta fu quanto mai veloce e esaustiva: Tieniti pronto perché ci sto già lavorando!» (Alessandro Boracina, IANTD Technical & Normoxic Trimix Instructor).

pag 60/61 - **1** Il Capitano di Fregata Pierre J. M. Lancelot, comandante del cacciatorpediniere francese *Le Terrible*. **2** Il super-cacciatorpediniere francese *Le Terrible*, di 2.800 tonnellate, poteva raggiungere una velocità di 45 nodi. **3** Il mercantile tedesco pochi istanti prima dell'affondamento. **4** Un'immagine storica della sala comando motori del *Le Terrible*. **5** Marinai francesi impegnati nell'introdurre cariche di lancio nei pezzi di artiglieria da 138 mm. **6** In primo piano i tubi lancia siluri montati sui caccia francesi classe *Le Fantasque*, alle spalle le armi per la difesa aerea. **7** Varo della motonave *Sebastiano Venier* (2°), provvista di piazzole circolari per armamento del tipo antiaereo (*foto coll. F. Petronio*).

KAPITAN DIEDERICHSEN

Nome:	***Kapitän Diederichsen ex Sebastiano Venier* (2°)**
N° di costruzione:	**1256**
Cantiere:	**Cantieri Riuniti dell'Adriatico di Monfalcone**
Committente:	**Soc. It. di Arm. Sidarma – Fiume**
Impostazione:	**3 novembre 1941**
Varo:	**19 giugno 1943**
Consegna:	**3 gennaio 1944**
Stazza lorda:	**8.073 tonnellate**
Portata lorda:	**10.490 tonnellate**
Lunghezza:	**134,11 metri**
Larghezza:	**18,44 metri**
Altezza:	**9,11 metri**
Apparato motore:	**diesel**
Potenza:	**4800 CV**
Propulsione:	**1 elica**
Velocità:	**14,8 nodi**

Profilo longitudinale della motonave da carico *Sebastiano Venier*, poi *Kapitän Diederichsen*

LE TERRIBLE

Nome:	***Le Terribile***
Classe:	**Fantasque**
Commissionato:	**1 maggio 1936**
Dislocamento:	**2.570 tonnellate**
Lunghezza:	**132,40 metri**
Larghezza:	**11,98 metri**
Pescaggio:	**4,30 metri**
Apparato motore:	**2 gruppi di turbine a vapore**
Potenza:	**74.000 HP**
Propulsione:	**2 eliche**
Velocità:	**37 nodi continuativi, 45 nodi massimo**
Armamento:	**5 cannoni da 138 mm. 4 cannoni da 37 mm AA, 4 mitragliere da 13,2 mm**
Equipaggio:	**10 ufficiali, 210 equipaggio**

LA NAVE

Il ***Kapitän Diederichsen*** era un mercantile da carico con stazza di ottomilasettantatre tonnellate, di proprietà della *Sidarma*. Fu impostato il 3 novembre 1941 nei Cantiere Riuniti dell'Adriatico di Monfalcone con numero 1256 di costruzione.
Varato il 19 giugno 1943 con il nome di ***Sebastiano Venier 2°*** era lungo centotrentaquattro metri, largo diciotto e poteva raggiungere una velocità di circa quindici nodi.
Dopo gli eventi dell'8 settembre 1943 fu requisito in cantiere dai tedeschi, e il 3 gennaio 1944 venne ribattezzato con il nome di ***Kapitän Diederichsen***. Nei due mesi successivi la grande nave da carico, gestita dalla *Mittelmeer Reederei GmbH* compagnia di Amburgo di proprietà della Kriegsmarine, fu considerata un'unità di elevato valore strategico.
Armata per difendersi dalle incursioni aeree con ventiquattro mitragliere da venti millimetri, il 25 febbraio 1944, il *Diederichsen* lasciò il cantiere diretto ad Arsia nell'Istria sudorientale, per effettuare un carico, in previsione di essere trasferito in Egeo allo scopo di attenuare la catastrofica situazione dei trasporti germanici. Il 29 febbraio lasciò il porto di Pola diretto a sud, protetto da una ragguardevole scorta e al centro di una formazione navale. Alle ventuno e quarantaquattro venne attaccato al largo dell'isola di Isto da due cacciatorpediniere francesi, *Le Terrible* e *Le Malin*, e il giorno seguente affondò alle undici e quarantacinque. Da allora la nave giace al largo dell'isola di Premuda alla profondità di 66 metri.

«Nel condurre un gruppo così numeroso di subacquei tecnici in una spedizione si devono tenere in considerazione molti aspetti organizzativi, tra i quali l'utilizzo degli equipaggiamenti più idonei». (Massimiliano Canossa, IANTD Trimix Instructor)

L'OPERAZIONE FRECHDACHS

Il 12 febbraio 1944 il contrammiraglio Lietzmann, a capo delle operazioni tedesche in Adriatico, ricevette disposizioni dall'ammiraglio Kurt Fricke, comandante del *Marine Gruppen Kommando Sud*, il comando navale germanico del Gruppo Sud, di inviare con urgenza e in maniera improrogabile due navi da trasporto in Egeo, per far fronte alla necessità di rifornimento delle guarnigioni della *Wehrmacht* sparse nel vasto arcipelago. L'operazione, raccolta in un carteggio segreto intitolato «*Frechdachs*», specificava che tali unità fossero due grandi navi da trasporto, il *Kapitän Diederichsen ex Sebastiano Venier 2°* e il *Heidelberg ex Città di Tunisi*. Considerata l'elevata importanza strategica data all'operazione, il convoglio sarebbe stato costituito oltre che dalle due navi da trasporto, anche da una scorta formata dai cacciasommergibili *UJ-201* (ex corvetta *Egeria*) e *UJ-205* (ex *corvetta Columbrina*) e dai motodragamine *R188, R189* e *R190*. Le *Torpedoboote Ausland TA36* (ex torpediniera *Stella Polare*) e *TA37* (*ex Gladio*) dell'undicesima flottiglia, al comando del capitano di corvetta Jürgen von Kleist, avrebbero costituito il gruppo di sostegno. Il convoglio tedesco privato all'ultimo momento della presenza dell'ex *Città di Tunisi* ma con al centro della formazione il *Kapitän Diederichsen* salpò da Pola alle diciotto e trenta del 29 febbraio 1944 con un giorno di ritardo rispetto alla data stabilita e intercettata con dieci giorni di anticipo dai servizi segreti britannici.
Il cambio di programma ingannò così le unità della Royal Navy che il giorno precedente attendevano il passaggio del convoglio in Alto Adriatico.

«Quale è stato il mio contributo alla spedizione? Non solo quello dal punto di vista tecnico subacqueo, poiché in seguito ho partecipato con passione anche alle ricerche storiche, traducendo molti dei documenti rinvenuti». (Gioele Pesenti, IANTD ADV nitrox Instructor)

Il giorno successivo due unità navali francesi, *Le Terrible* e *Le Malin* della «Decima Division Croiseurs Legers», aventi allora il compito di cooperare con le forze navali inglesi, lasciarono la base di Manfredonia alle tredici e quarantacinque dirigendosi, alla velocità di venticinque nodi, verso la costa dalmata. La velocità di queste unità che potevano raggiungere i quaranta nodi e la dotazione di efficaci apparecchiature radar, permettevano di impegnarle in azioni belliche ma anche in operazioni di pattugliamento e spionaggio lungo tutto l'Adriatico. Intorno alle ventuno, le due unità, con *Le Terrible* in testa, si trovarono venti miglia al largo dell'isola di Premuda con rotta nordovest e alle ventuno e trentacinque il radar della prima rilevò una formazione navale a una distanza di diciassette mila metri: si trattava del *Kapitän Diederichsen* e della sua scorta! L'ufficiale francese più anziano, il capitano di fregata Jean Hourcade, comandante del *Le Malin*, incaricò della direzione della navigazione e della manovra il comandante del *Le Terrible*, il capitano di fregata Pierre Jean Marie Lancelot. Dopo nove minuti, quando la distanza tra le due formazioni era di solo ottomila metri, entrambe le navi francesi aprirono il fuoco con i cannoni da centotrentotto millimetri, cogliendo i tedeschi di

sorpresa. *Le Terrible*, puntò il cargo al centro del convoglio, mentre il *Le Malin* mirò le unità vicine. I tedeschi risposero troppo tardi al fuoco: la trappola era ormai scattata. Alle ventuno e quarantotto, il comandante Lancelot registrò vari colpi messi a segno sul *Kapitän Diederichsen*, raggiunto a una distanza di quattromila metri. A seguire lanciò ad alta velocità alcuni siluri, e alle ventuno e cinquantasette uno di questi colpì l'obiettivo su una fiancata. Il *Diederichsen* colpito mortalmente e oramai alla deriva, iniziò ad affondare.

«E dopo tanta attesa ora sono qui, a sessanta metri di profondità nel mare Adriatico, di fronte al grande relitto che mi guarda con la prua capovolta e il profilo scandito dal contrasto del nero del metallo». (Alessandro Boracina, IANTD Technical & Normoxic Trimix Instructor).

LA SPEDIZIONE

La spedizione alla volta del suo relitto sarebbe quindi partita dal *Diving Center Shark di Medulin*, sull'estrema punta dell'Istria a pochi chilometri dal porto di Pola, con gli obiettivi di ripercorrere la rotta tracciata dal *Diederichsen* la sera del 29 febbraio e raccogliere la documentazione video-fotografica.
Valutai con Massimiliano, titolare del *Nautica Mare Dive Team* e Davor, proprietario del diving istriano, che avremmo dovuto navigare per circa trentasei miglia per raggiungere il punto d'immersione. Avrei dovuto analizzare attentamente insieme a loro due tutte le singole fasi di pianificazione e programmazione e comunicarle ai singoli partecipanti. Spedita una mail di invito, le adesioni arrivarono in breve da parte di Alessandro Boracina, Alberto Dabalà, Michele Favaron, Marta Gandini, Maurizio Maiocchi, Federico Mattiello, Luca Perazzolo e Gioele Pesenti, oltre naturalmente a me e a Massimiliano Canossa.

«Nel leggere la mail di Massimiliano Canossa che ufficializzava la mia presenza nel Team urlai dalla contentezza: questa volta avrei partecipato anch'io!» (Alberto Dabalà, IANTD Technical & Normoxic Trimix Instructor).

Ricongiunti attorno a un tavolo del diving, tracciammo sulla carta nautica la rotta da Medulin al relitto e poi dal relitto alle isole di Susak e Lussino in modo da stabilirne distanze e tabella di marcia. Dopo le prime immersioni, il programma prevedeva di usufruire dell'isola di Susak per il riposo, e di utilizzare il porto di Lussin Piccolo per la sostituzione delle bombole utilizzate. Qui Davor ci avrebbe assicurato giornalmente via terra le miscele necessarie per le immersioni sino al termine della spedizione. Un booster messo a disposizione appositamente dall'azienda specializzata MPS ci avrebbe infine assicurato eventuali riempimenti con ossigeno. Avevamo a disposizione ventiquattro bibombola con miscela TX 18/45 di cui alcune di volume pari a diciotto più diciotto litri caricate a duecentotrenta bar, ventiquattro bombole S80 per la decompressione contenenti nitrox e altrettante S40 contenenti ossigeno, oltre a un sufficiente numero di bombole di back up, con le stesse miscele utilizzate, da sistemare lungo l'impianto decompressivo, rispettivamente alla profondità di ventuno e sei metri. Ad accrescere la quantità di equipaggiamento anche sei scooter subacquei essenziali per l'esplorazione di un così grande relitto lungo oltre centotrenta metri, e ovviamente l'occorrente per la documentazione video e fotografica, consistente in due videocamere e due macchine fotografiche in custodie Isotta. Lasciammo il molo di Medulin con rotta sud est e dopo aver percorso trentasei miglia a una media di nove nodi, la spedizione raggiunse, quindici miglia al largo dell'isola di Premuda, l'area in cui, alla fine del febbraio 1944, si svolse un durissimo scontro navale.

«Con alcuni componenti di questo gruppo ho partecipato a esplorazioni in Croazia e Albania nel corso delle quali ho attinto molta esperienza. Ora mi ritrovo a seguire gli stessi metodi e le stesse tracce convergendo su obiettivi comuni». (Alessandro Boracina, IANTD Technical & Normoxic Trimix Instructor)

LE IMMERSIONI

«Profondità minima del relitto 50 metri, il fondale è di 66!».

Così esclamai dopo aver visto il profilo del relitto disegnato sul side scan sonar della nostra imbarcazione. Il mercantile era integro e completamente rovesciato sul fondale, con la chiglia rivolta verso la superficie, e se ne distinguevano distintamente la prora e la poppa. Con l'obiettivo di una prima ricognizione esterna dello scafo scesero in acqua nell'ordine: Massimiliano, Maurizio e Federico con una telecamera; Alberto e Luca con una prima macchina fotografica; Marta e Michele con una seconda. Alessandro e io, nel ruolo di addetto alla sicurezza di bordo uno e di «stand by» l'altro.

DIVING CENTER SHARK

Il Diving Center Shark, *gestito da Valentina e Davor, si trova in Croazia, a Medulin nei pressi di Pola, sulla punta estrema della penisola istriana. È un centro di addestramento IANTD dove gli istruttori Cesare Balzi, Davor Bursic, Alberto Dabalà e Michele Favaron effettuano corsi ricreativi, avanzati e tecnici in lingua italiano, inglese, tedesco e croato, come ad esempio* Nitrox diver, Recreational Trimix diver a 40 metri, Advanced nitrox diver, Technical diver, Normoxic Trimix diver a 60 metri, *oltre alle specialità* DPV diver e muta stagna *e corsi per perfezionare l'assetto e la postura in acqua come* l'Essential Hogarthian diver e l'Advanced Hogarthian diver. *Il* Diving Center Shark *offre la possibilità di effettuare immersioni in siti molto interessanti tra i quali relitti* - Rossarol, Luana, Draga, Flamingo, *ecc. - pareti e grotte.*

*Presso la struttura del diving, ubicata in un'ottima posizione all'interno dell'*Autocampeggio di Medulin, *è possibile trovare inoltre noleggio di attrezzatura completa sia per immersioni ricreative sia tecniche, acquisto attrezzatura, servizio di manutenzione attrezzatura subacquea. È dotato di una stazione di ricarica immediata per aria, ossigeno, miscele nitrox e trimix.*
Inoltre possiede un veloce catamarano, dotato di ascensore per un agile recupero a bordo di subacquei tecnici e subacquei disabili. Possibilità di effettuare le parti teoriche e di addestramento in acque basse dei suddetti corsi in Italia a La Spezia, Marina di Carrara, Marina di Pisa, Verona, Vicenza, Montebelluna, Treviso, Venezia e Padova e terminare le sessioni di addestramento in mare presso il Diving Center Shark di Medulin.
Per informazioni: **www.diving-shark.hr**

A destra - Tutti i partecipanti con le attrezzature utilizzate davanti al Diving Center Shark *di Medulin*

La banchina di Medulin dalla quale, lo scorso settembre, è partita la spedizione sul *Kap. Diederichsen*

La definizione delle rotte sulla carta nautica per arrivare nell'area in cui si trova il relitto.

L'imbarcazione utilizzata per la spedizione sul *Diederichsen*.

Controllo delle configurazioni da parte degli incaricati alla sicurezza in superficie.

I componenti della spedizione sull'isola di Susak.

Il capo spedizione Massimiliano Canossa al termine di un'immersione.

Un subacqueo osserva l'elica ben visibile
all'interno della sua gabbia,
tra il dritto dell'elica e il dritto del timone.

Un team intento a
trascorrere gli ultimi minuti
alla tappa dei 6 metri.

Un subacqueo percorre
il corridoio sul ponte di coperta.

Subacquei durante le lunghe
fasi decompressive.

Sulla fiancata della nave è visibile
il corridoio sul ponte di coperta.

Nella zona poppiera
sono visibili falle provocate dai
colpi sparati dalle navi francesi.

ATTREZZATURE UTILIZZATE

«Nel corso dell'esplorazione sul relitto del Kapitän Diederichsen *ho utilizzato la muta* SANTI *modello* E-LITE *che oggi mi segue in tutte le mie immersioni sia quelle sui relitti di Adriatico e Mediterraneo sia quelle in acque particolarmente fredde del Mar Baltico. È una muta che soddisfa tutte le mie esigenze, principalmente il comfort termico, la robustezza e la vestibilità. Durante le mie esplorazioni, quando mi addentro in uno stretto ambiente di un relitto, sono consapevole che in quel momento sto indossando la migliore protezione per il mio corpo, mentre durante lunghe sessioni di addestramento in acque particolarmente fredde sono sempre a mio agio e senza stress da ipotermia. Abbinando la muta modello* E.LITE *al sottomuta in Thinsulate BZ400 e ai calzari sempre in Thinsulate raggiungo il massimo del confort»*
(Cesare Balzi, IANTD Technical Instructor Trainer)
Per informazioni: www.santi-italy.com

I partecipanti alla spedizione: da sinistra in alto Massimiliano Canossa, Alberto Dabalà, Gioele Pesenti, Luca Perazzolo, Alessandro Boracina, Michele Favaron, in basso Marta Gandini, Cesare Balzi, Maurizio Maiocchi, Federico Mattiello.

«Nel corso della prima immersione avevo il compito di documentare la zona di poppa del relitto. Passata l'emozione nel vederne la grande sagoma con la chiglia rivolta verso l'alto mi sono concentrato sul mio lavoro». (Luca Perazzolo, IANTD Trimix diver)

Dopo poche pinneggiate in direzione del centro della nave, favoriti anche da un'ottima visibilità, notammo la murata sinistra del relitto sollevata dal fondale tanto da poterci agevolmente inoltrare al di sotto. Trascorsi alcuni minuti in questo sorprendente ambiente, uscimmo dalla totale oscurità nel blu intenso del mare aperto e fummo attratti da una serie di strutture tonde. Riconobbi in esse le altane che ospitavano l'armamento antiaereo da venti millimetri, ben visibili nelle fotografie storiche. Due, le più alte, si trovano vicino alla prora e fuoriescono dalla sabbia formando un semicerchio; le rimanenti si incontrano dal centro nave sino alla poppa, adagiate sempre in linea sul fondale. Su alcune di esse, nonostante le incrostazioni, sono riconoscibili le mitragliere rivolte verso il lato della nave da cui provenne l'agguato. Notai che anche il team composto da Marta, Gioele e Michele le aveva identificate e stava facendo qualche scatto fotografico. Anche nel corso delle immersioni successive, le sorprese non mancarono.

«Percorrendo con gli scooter la fiancata di dritta del relitto ci siamo imbattuti in un grande squarcio. Con un cenno di intesa Luca e io vi siamo entrati con grande cautela per raccogliere qualche scatto fotografico degli interni». (Alberto Dabalà, IANTD Technical & Normoxic Trimix Instructor)

La squadra diretta da Massimiliano prima e quella di Luca poi si avventurarono a esplorare anche la fiancata di dritta del relitto, quella che, essendo a contatto con il fondale è ostruita dalla sabbia.
Pensavamo che presentasse un minor numero di dettagli e invece, venti metri circa dopo la prora, il primo team notò un grande squarcio, di oltre quattro metri di diametro. Attraverso questo passaggio è possibile penetrare nel cuore del relitto e visitarne alcuni ambienti.
L'incontro ravvicinato con un grande, ma docile grongo, fece sobbalzare Massimiliano, intento a riprendere i dettagli di alcuni corridoi e cabine.

«Nel corso delle immersioni sono state seguite tutte le regole della subacquea tecnica e sono state adottate tutte le misure di sicurezza che da anni oramai ci accompagnano in questo genere di esplorazioni». (Maurizio Maiocchi, IANTD Technical & Normoxic Trimix Instructor)

Nei giorni seguenti, sfruttando la duttilità di tutti i componenti, i ruoli furono scambiati e le squadre riorganizzate, consentendo così a tutti di poter vedere l'intero relitto. In effetti è preferibile condurre l'esplorazione di uno scafo così grande a una profondità di circa settanta metri con l'ausilio di un veicolo subacqueo.
Il relitto del *Diederichsen*, tra l'altro, mostra oggi le due parti più attraenti alle sue estremità, la prora e la poppa.
La marcata linea di chiglia a sezione rettangolare scende decisa in verticale dal piede di ruota, intorno ai cinquanta metri, sino alla ruota di prora, intorno ai sessantacinque metri, inclinata di circa trenta gradi e in perfetto stato di conservazione.
Sul lato opposto l'elica è nella posizione originale, mentre il timone è piegato, disgiunto dalla sua sede a causa di una pesante rete che ne nasconde la vista integra. Una visione affascinante grazie anche agli illuminatori utilizzati e l'ottima visibilità incontrata.

«Se devo riassumere il tuffo su questo incredibile relitto, sceglierei la parola soggezione, un timore reverenziale che aiuta a godersi l'immersione e a far sì che le immagini restino nei nostri occhi, fissate in maniera indelebile in quel personalissimo logbook della passione che nessun timbro o firma potrà mai vidimare». (Alessandro Boracina, IANTD Technical & Normoxic Trimix Instructor)

Bibliografia - Carrè, Paul, *Le Fantasque - L'Odyssèe de la 10e DCL*, Nantes, Marines Editions, 1995 - Freivogel, Zvonimir, *"Die Versenkung der Kapitän Diederichsen"*, Schiff & Zeit/ Panorama Maritim, n°72, 2010, pp. 2-12 - Isaic, Vladimir, *Premuda 29 febbraio 1944*, Storia Militare, Editrice Albertelli, n°46, luglio, 1997, pp. 17-26 - Lassaque, Jean, *Les CT de 2800 tonnes du type Le Fantasque (1929-1944)*, Nantes, Marines Editions, 1998 - Santoni, Alberto, *Approfondimenti sull'azione navale presso Premuda del 29 febbraio 1944*, Storia Militare, n°55, aprile, 1998, pp. 54-55 - O'Hara, Vincent P., *The German Fleet at War, 1939-1945*, Annapolis MD, Naval Institute Press, 2004 - Rohwer, Juergen, *Chronology of the War at sea, 1939-1945. The naval history of world War II*, 3ª ed., Annapolis MD, Naval Institute Press, 2005 - Ufficio Storico della Marina Militare, *Navi mercantili perdute Roma*, USMM, 1997. - Valenti, Paolo, *Storia del cantiere navale di Monfalcone 1908-2008 centenario*, Trieste, edizioni Luglio, 2007 - *Diario di guerra del Comando Navale dell'Adriatico, KTB des Kommandeurs der Admirals Adria*, 16-29.02.1944, Marinemuseum Spalato - *Diario di guerra del Comando dell'11ª Flottiglia di scorta*, KTB des Kommandeurs der 11 Sicherungs-flottille 27.11.1943-30.03.1944, Marinemuseum Spalato - *Diario di guerra del Comando dell'1ª Divisione Schneliboote*, KTB des Kommandeurs der 1 Schnellbootdivision 01.11.1943-29.02.1944, Marinemuseum Spalato.

DI LUANA AIMAR, VALERIA NAVA E ANTONIO PREMAZZI

LACCA DELLA BOBBIA

LA SORGENTE DI CASA

Foto di Davide Corengia, Luca Pedrali e Stefano Gallingani

Immagine di un sifone.

Possiamo affermare che la Grignetta stia all'alpinismo lecchese come la Bobbia agli speleosubacquei della zona.
Facile da raggiungere, a nemmeno un'ora di strada, offre diverse possibili attività, dalle più semplici alle più difficili, in un ambiente tanto severo quanto spettacolare, proprio come la Grigna Meridionale.
La visita sa regalare grandi soddisfazioni a chi vi si avventura con le giuste conoscenze, infatti per spingersi oltre il primo sifone è richiesta un'ottima preparazione sia speleologica che speleosubacquea.

La grotta è nota da sempre ai locali, mentre la sua storia speleologica inizia con le prime esplorazioni a fine anni Settanta; complice un lungo periodo di secca, il primo sifone si prosciuga permettendo l'esplorazione di quasi centocinquanta metri di grotta fino a un secondo sifone, questa volta perenne, dove le esplorazioni si arrestano.
Passano quasi dieci anni prima che si decida di affrontare l'immersione, ed è il 1986 quando il *Gruppo Speleologico Lecchese* (**CAI Lecco**) riesce nell'impresa, superando anche un terzo e più lungo sifone e raddoppiando la lunghezza complessiva della grotta.
Oltre, la grotta cambia morfologia, gli ambienti si fanno grandi, laghetti interni si susseguono a sale e meandri, con bellissime zone concrezionate, rimaste preservate per migliaia di anni grazie all'ostacolo dei sifoni.
Chi ha la fortuna e la possibilità di spingersi in queste zone ha l'assoluto obbligo di salvaguardarle, prestando attenzione e cercando di limitare al minimo l'impatto umano su un ecosistema tanto affascinante quanto delicato.
Come in passato un nuovo sifone ferma gli esploratori, ma questa volta la distanza dall'ingresso e le difficoltà logistiche sembrano insormontabili. Tra i sifoni, infatti, due stretti meandri da percorrere per alcuni tratti in opposizione sembrano spezzare il morale anche dei più masochisti tra gli speleologi.
È a questo punto che entra a far parte della storia della grotta un giovane di Lecco, Luigi Casati, promessa della speleologia subacquea italiana, che tra gli anni 1987-1988 supera il quarto sifone e arrampica in libera la cascata che si trova appena oltre, fino a raggiungere dopo altre brevi arrampicate il quinto sifone.
Le permanenze all'interno della grotta si fanno sempre più lunghe e impegnative e coinvolgono anche speleosubacquei svizzeri, dei quali Gigi è stato inizialmente allievo e ora anche compagno d'esplorazioni.
Senza badare alle difficoltà organizzano un tentativo d'immersione al quinto sifone che ha subito l'esito sperato. Casati esplora e supera il quinto sifone, che con cento metri di lunghezza e una profondità massima di venticinque metri è per ora il più lungo e profondo della grotta. Oltre la grotta continua, ma l'incessante flusso d'acqua che la alimenta si lascia risalire solo per pochi metri fino a un ennesimo sifone, il sesto.
Al nuovo ostacolo seguono due tentativi di superarlo ma questa volta la grotta resiste agli assalti, celando i suoi segreti e ponendo fine alla ricerca dell'origine del suo corso d'acqua.
Nonostante i tentativi Gigi per due volte si arresta su stretti passaggi, dove la scarsa visibilità e le torce ormai ridotte a lumini dalle ore rimaste accese non gli consentono di trovare la via giusta.
L'entusiasmo cala, la grotta respinge gli assalti anche di altri team di speleologi, fino a che viene praticamente abbandonata. Solo saltuariamente piccoli gruppi di speleosubacquei la visitano nel corso degli anni, senza mai spingersi nelle zone più remote.
Ma come per tutte le grotte prima o poi acca-

Foto di uno speleosub all'ingresso della Lacca della Bobbia.

Foto di uno speleosub con l'attrezzatura pronta all'ingresso della Lacca della Bobbia.

Foto di uno speleosub nel sifone della Lacca della Bobbia.

Immagine di un sifone.

PIANI DI BOBBIO: INQUADRAMENTO GEOGRAFICO E GEOLOGICO

di Luana Aimar & Antonio Premazzi

I **Piani di Bobbio** si estendono a cavallo tra le province di Lecco e Bergamo, e sono costituiti da una successione di altipiani carsici in quota, compresi tra 1650 e 1750 metri s.l.m., bordati a Est da una ripida catena montuosa con orientamento Sud-Nord, dominata dallo *Zuccone Campelli* (2192m), e che prosegue con lo *Zucco Barbesino* (2132m) e la *Corna Grande* (2087m). A Sud e a Ovest, dopo il rilievo dello *Zucco Orscellera*, i piani digradano rapidamente verso la Valsassina, con un brusco salto di 1000 metri, mentre a Nord scendono più dolcemente verso la Valtorta.
Alla base degli altipiani si stende la zona di Praterino dove nel corso dei decenni sono state esplorate dagli speleosub due importanti risorgenze: la *grotta Sandro Lecchi*, con uno sviluppo superiore ai 600 metri, la cui esplorazione attualmente è ferma su sifone con frana; e soprattutto la *Lacca della Bobbia* il cui limite esplorativo, in corrispondenza di una strettoia sommersa del sesto sifone, è stato recentemente superato da Gigi Casati, che ha parzialmente esplorato un settimo sifone fino alla profondità di -20 metri.
È inoltre un fatto noto che all'inizio degli anni Novanta si sia verificato un accidentale e involontario "test di tracciamento". Infatti durante la pulizia di una cisterna presso la stazione di arrivo della funivia dei Piani di Bobbio, oltre i 1600 metri di quota, grosse quantità di olio - anche se il dato non è confermato, si parla di circa 10 mila litri di carburante - sparirono tra le rocce, inquinando disastrosamente le acque della Lacca della Bobbia.
Il fenomeno, che causò aloni oleosi nell'acqua e visibili schiume, si protrasse per alcuni anni e fu particolarmente grave anche perché le acque della risorgenza erano (e sono!) captate dall'acquedotto del vicino paese di Barzio. Questo fatto testimonia l'esistenza di un collegamento idrologico tra le due risorgenze e le zone di assorbimento dei Piani soprastanti.
Da dati riscontrati dopo violente precipitazioni, il deflusso delle acque sembrerebbe molto rapido, a testimonianza di un'eventuale marcata verticalizzazione dei vuoti ipogei; tuttavia, data l'estensione dell'area, anche lo sviluppo ha potenzialità chilometriche.

Spostandosi verso Sud si incontrano invece i *Piani di Artavaggio*, simili ai Piani di Bobbio per conformazione e dislivelli. In questa seconda area in passato sono state esplorate grotte di indubbio interesse, come l'*abisso dei Campelli*, la cavità di gran lunga più importante dell'area, con una profondità di -483 metri e sviluppo superiore al chilometro, e l'*Abisso Pilaf* (-113 metri) costituito da una serie di pozzi paralleli collegati tramite finestre.
I Piani di Bobbio sono ricoperti da un'estesa coltre di depositi glaciali e di versante. In particolare i primi mostrano belle morfologie glaciali, come cordoni o piccoli archi morenici, in corrispondenza di modesti circhi glaciali, per esempio nella Valle dei Megoffi e nella Valle dei Camosci.
Il carsismo superficiale è ben evidente, tuttavia l'estesa copertura boscosa di piante d'alto fusto fino alla quota di 1600 metri e la successiva presenza di fitta vegetazione arbustiva lungo i pendii degli impianti di risalita tendono a occultare le forme superficiali del terreno. Invece in corrispondenza dei Piani la copertura vegetale è prevalentemente prativa e i fenomeni carsici appaiono decisamente più evidenti.
È presente un elevato numero di doline di diametro anche di alcune decine di metri, ma quelle di dimensioni maggiori si trovano senza dubbio nei due circhi glaciali delle Valli dei Megoffi e dei Camosci.

de che qualcuno ci torni spinto non solo dalla curiosità di vedere un luogo mai visitato prima, ma anche dal desiderio di andare ancora più lontano, di dare una risposta alla domanda: "cosa c'è oltre?"
Si forma così a inizio 2009 un piccolo gruppo di speleosubacquei, accomunati da passione e formazione (sono tutti allievi di Casati), che decidono di riprendere la revisione della grotta. Sono **Nadia Bocchi**, **Mario Comi**, **Davide Corengia**, **Stefano Gallingani** e **Luca Pedrali**.
Durante le uscite, la grotta è risagolata e pulita dai vecchi fili che rendono il rientro, in caso di scarsa visibilità, pericoloso.
Viene raccolto diverso materiale fotografico e dopo quasi vent'anni Luca e Davide tornano oltre il quinto sifone della grotta.
Essere così vicini al limite esplorativo è uno stimolo sufficiente a organizzare presto un tentativo, per vedere anche il sesto.
Questa volta sono Stefano e Davide a superare il quinto e permettere ad almeno uno dei due di immergersi nel sesto e ultimo sifone conosciuto della grotta.
Davide è il fortunato, e in venti minuti d'immersione risagola il sesto sifone fino a raggiungere la zona delle strettoie dove Gigi si era arrestato ormai più di vent'anni prima.
L'entusiasmo è tanto; tanto da spingerli - riuscendoci! - a riaccendere in Gigi la voglia di tornare nella grotta che lo aveva visto protagonista all'inizio della sua carriera.
A metà luglio del 2012 la squadra composta da Luca, Stefano, Davide e Gigi organizza la punta esplorativa e finalmente dopo tanti anni di attesa Gigi riesce a trovare la via giusta superando il sesto sifone.
Oltre, percorsi pochi metri, si trova di fronte a un nuovo sifone che ad oggi ha parzialmente esplorato fino a -20 metri… ma la nuova storia esplorativa della grotta è appena (ri) cominciata...

Un pozzo e due passaggi stretti delle grotte dei piani di Bobbio, nelle foto speleologi in Mucca Scivolona.

Immagine di un sifone.

TECNICHE DI RESPIRAZIONE PER APNEA

DI FEDERICO MANA

IL RESPIRO 2

DI

PER

L'APNEA E IL RESPIRO

Esercitare l'apnea a secco (cioè praticare fuori dall'acqua alcuni esercizi che includono delle apnee) non significa necessariamente tentare dei massimali di apnea statica (anche perché a secco non potremmo godere dei vantaggi derivati dal riflesso d'immersione), ma nel nostro caso ci si prefigge di utilizzare gli effetti benefici, sia fisici sia psichici, che la ritenzione del respiro è in grado di evocare.
Il caso di *yogi* capaci di apnee ben oltre i venti minuti senza effetti deleteri sull'organismo non devono indurci a tentare acrobazie apneistiche, ma devono solo renderci consapevoli che una conoscenza approfondita del proprio essere consente di spostare i limiti in modo stupefacente.
Gli esercizi che prevedono la ritenzione del respiro inducono, infatti, dei riflessi che modificano il metabolismo corporeo per trovare nuove vie energetiche in alternativa alla ridotta scorta d'ossigeno imposta dall'apnea.
Tale dote è innata in tutti i mammiferi ed è particolarmente sviluppata nei mammiferi acquatici.
Oggetto di studio furono, negli anni Sessanta, le foche, le quali (oltre ad avere uno sviluppatissimo riflesso d'immersione capace di portare le pulsazioni cardiache da 80/90 al minuto, quando la foca si trova fuori dall'acqua, a 12 pulsazioni al minuto, quando situata in ambiente acquatico) sono soggette a variazioni metaboliche che inducono la decomposizione parziale degli zuccheri stoccati nei tessuti al fine di produrre nuove energie, senza gravare completamente sulla riserva di ossigeno assimilata dall'ultima inspirazione.
Questa variazione metabolica prende il nome di ***respirazione cellulare***, e può essere stimolata opportunamente mediante una corretta respirazione.

Nella pratica dell'apnea gioca un ruolo fondamentale la corretta ventilazione fatta nei minuti precedenti, e l'ultimo respiro rappresenta solamente lo stoccaggio finale dell'ultima riserva d'aria; infatti l'ossigeno contenuto nell'aria polmonare rappresenta una percentuale effimera rispetto all'ossigeno disciolto nel sangue.
Immaginate di dover fare un'impegnativa escursione in montagna che dura diversi giorni e visualizzate i preparativi riguardanti le scorte alimentari.

Potreste disinteressarvi della preparazione e dell'organizzazione del vostro fabbisogno energetico e non seguire, nei giorni precedenti, un'alimentazione orientata all'impegno fisico che sarà richiesto, ma al momento della partenza, consapevoli delle fatiche imminenti, vi trovereste probabilmente a riempire lo zaino d'ogni scorta alimentare possibile, eccedendo sulle quantità e sul peso da dover trasportare.
Vi trovereste quindi nella condizione di iniziare l'escursione in mediocri condizioni fisiche e dovendo anche trasportare uno zaino di peso eccessivo.

In alternativa, potreste invece programmare attentamente la vostra missione, calcolare il fabbisogno energetico dei vari giorni di marcia riducendo all'indispensabile le scorte, ma rendendo molto più agevole il trasporto del fardello. Inoltre nutrendovi in modo adeguato nei giorni

precedenti, arriverete al giorno della partenza nella migliore condizione fisica ed energetica.

Non preparare adeguatamente l'apnea con una buona ventilazione, ma preoccuparsi solamente di immagazzinare più aria possibile durante l'ultimo atto inspiratorio, corrisponde al primo esempio fatto.
L'apnea sarà tutt'altro che confortevole e divertente e anche le prestazioni non potranno essere un granché.

STIMOLARE LA RESPIRAZIONE CELLULARE
Spesso prendiamo in considerazione la sola respirazione polmonare (o respirazione esterna) ovvero quel meccanismo che coinvolgendo i polmoni e i rispettivi alveoli, determina lo scambio gassoso con assimilazione d'aria nuova e conseguente espulsione d'aria usata.
Abbiamo visto come il rallentamento dei ritmi di ventilazione determini degli adattamenti fisiologici come bradicardia, riduzione della pressione arteriosa e decontrazione muscolare che apportano notevoli vantaggi nell'apnea.
Se alle fasi di inspirazione ed espirazione aggiungiamo delle apnee, sia a polmoni pieni sia a polmoni vuoti, potremo indurre altri adattamenti metabolici che agevolerebbero ulteriormente l'apnea.
È proprio la ritenzione, infatti, che è in grado di amplificare la respirazione cellulare. Quando si trattiene il fiato si inducono, infatti, precisi effetti sul sistema nervoso vegetativo e in particolar modo a livello del centro respiratorio situato al livello occipitale in corrispondenza del bulbo cefalorachidiano.
Ogni qual volta l'apnea supera i venti secondi, il corpo si adatta inducendo la scissione parziale degli zuccheri stoccati come riserva energetica. Questa manovra ha lo scopo di ottenere nuove fonti d'ossigeno compensando la momentanea interruzione di flusso proveniente della sorgente polmonare.

Come capire se stiamo stimolando opportunamente la respirazione cellulare?

È assai semplice constatare se stiamo eseguendo correttamente le tecniche di ritenzione del respiro.
Il sistema respiratorio, oltre alla funzione di scambi gassosi, gioca un ruolo fondamentale nella termoregolazione corporea: non a caso quando siamo febbricitanti il ritmo respiratorio si innalza al fine di espellere maggiormente il calore corporeo.
Facendo apnea interrompiamo il funzionamento del "radiatore polmoni", perciò avremo un conseguente aumento della temperatura interna.
Se eseguiamo gli esercizi correttamente, avremo dunque una netta sensazione di calore spesso associata a notevole sudorazione, in quanto entra in funzione il "radiatore pelle".

APNEA E RILASSAMENTO: PERCHÉ?
Vi siete mai chiesti perché fate apnea? Uno spettatore che non pratica questa disciplina potrebbe giustamente chiedersi quale gioia proviamo nel trattenere il fiato per lunghi minuti osservando le piastrelle incrostate della piscina, magari accompagnati dalla musica tecno dell'acquagym della corsia a fianco.
Un altro spettatore potrebbe definirci bizzarri nel vederci fare ripetutamente su e giù da un cavo, magari in un lago buio e freddo.
Eppure l'apnea è in forte crescita, al punto che iniziano a esserci i primi professionisti che vivono insegnando questa meravigliosa disciplina.
Ci sarà un perché se oltre quattro milioni di persone in Europa praticano questo sport.

Molti di voi ameranno quella sensazione che si prova alla fine di una sessione di allenamento, sensazione di leggerezza, lucidità e benessere che ci spingono a continuare questa pratica sportiva.

Abbiamo detto che l'apnea è capace di stimolare il sistema nervoso vegetativo: entriamo ora nello specifico per vedere cosa accade esattamente.
Il sistema nervoso della vita vegetativa si compone di due parti, il **sistema simpatico** e il **sistema vagale** (o parasimpatico).
Questi due sistemi innervano i vari organi e hanno funzioni antagoniste: il primo funge da acceleratore stimolando gli organi al lavoro e il secondo funge invece da freno.
Oggigiorno l'uomo medio è legato ad ambienti che lo sovraccaricano di stimoli; questo eccesso di agenti "stressogeni" determina una permanente sovrastimolazione del sistema simpatico, inducendo una traslazione dell'equilibrio vegetativo verso la sovraeccitazione.
I soggetti definiti simpaticotonici risentono di questa condizione manifestando sintomi precisi quali palpitazioni, difficoltà nella digestione, costipazione, bocca arida, mani e piedi sudati e pallori improvvisi.
L'apnea, intesa in questo momento come ritenzione del respiro, è invece in grado di stimolare il sistema parasimpatico.
Il centro vagale, infatti, parte in prossimità del centro respiratorio descritto in precedenza, ecco perché un'apnea prolungata è in grado di ristabilire l'equilibrio neurovegetativo.
È dunque spiegato il motivo per cui le tecniche di respirazione a secco e/o le sessioni di allenamento in acqua determinano tutti questi benefici.
Benefici che, ripetiamo, non sono solamente a livello di scambi gassosi con miglior ossigenazione di tutte le cellule, ma con notevoli vantaggi per il sistema nervoso, con una rivitalizzazione profonda.
La pratica costante dell'apnea è dunque allenante, determina dinamismo fisiologico e ci rende più resistenti agli agenti stressogeni.

CONTINUA SU *SCUBAZONE*
IL TUO CORSO GRATUITO
SULLE TECNICHE DI RESPIRAZIONE
TRATTO DAL LIBRO DI *FEDERICO MANA*

www.divessi.com

SSI
SCUBA SCHOOLS INTERNATIONAL

Festa della Subacquea
Isola d'Elba
17.19 maggio

SSI On Snow
Misurina (BL)
16.17 marzo

aSSIeme a Sharm
scuba - freediving
Veraclub Queen Village
13.20 ottobre

SCUBADREAMER DIVING COLLEGE

sea soul

FORMAZIONE ISTRUTTORI APNEA

Isola d' Elba

Corso Istruttori	dal 3 - 8 Giugno 2013
Cross Over	dal 6 - 8 Giugno 2013

In collaborazione con:

MOVING LIMITS

KATABASIS

INSTRUCTOR TRAINERS TEAM

Ghigo Minak

Federico Mana

Carlo Boscia

PER INFO: INFO@KATABASIS.IT - CELL. 3468231643

divessi.com

DIVING DESTINATIONS

DI

Cristina Ferrari e Luigi Del Corona

MADE IN 4

ULTIMA TAPPA: MAMANUCA E YASAWA

Laguna blu Yasawa

Yasawa nord

Nabua Lodge, Isola Nacula Yasawa

CRI tterrati a Nadi procediamo in taxi per Marina Denarau e ci imbarchiamo sul catamarano per l'isola di Malolo nel gruppo delle Mamanuca.
Un mare verde cristallino ci accoglie all'approdo e veniamo subito immessi nel vivace via vai di famigliole che caratterizza l'albergo. I bungalow del *Coconut Plantation Resort*, all'ombra di un palmeto, hanno dimensioni e spazi amplissimi. La località, la più turistica da noi visitata, oltre alle incantevoli spiagge, offre numerosi sport, svaghi e animazione serale.

GIGI *Ci immergiamo nelle vicinanze di* Castaway, *l'isoletta dell'omonimo film con Tom Hanks.*
Le discese su parete offrono delle preziose coreografie di gorgonie e acropore multicolori con balestra giganti, snappers, black tip, white tip, lion fish, murene e… uno splendido pesce pietra grigio verde che ci sorride con il suo mostruoso e inquietante "ghigno".

CRI Dopo due giorni di "vita" si ripassa a Nadi per una notte e, a seguire, ci si imbarca sul catamarano verso le Yasawa in una tersa giornata di sole: una divertente crocierina con molti stop di fronte ai resort disseminati sulle varie isole. È elettrizzante far parte di questo flusso continuo di turisti, per lo più giovani ed entusiasti, ed entrare in quest'atmosfera di "comunione di itinerario" e di modo di viaggiare.

GIGI *Man mano che ci si avvicina a Blue Lagoon, nostra meta agognata, la scenografia è sempre più suggestiva e, finalmente, dopo circa 5 ore di navigazione, si sbarca al "very basic" Nabua Lodge nell'isola di Nacula. Il nostro bungalow è piccolo e un po' decadente, ma con una verandina da cui si ammira, incorniciato dai cocchi, un bello scorcio di oceano: una variegatura di verdi, azzurri, turchesi; intorno un giardino ricco di ibiscus, bouganville e frangipane con siepi sforbiciate incessantemente da Rem, il simpatico, allegro tuttofare.*

CRI Sembra di essere in un college. Il tamburo scandisce gli orari un po' svizzeri dei pasti serviti su

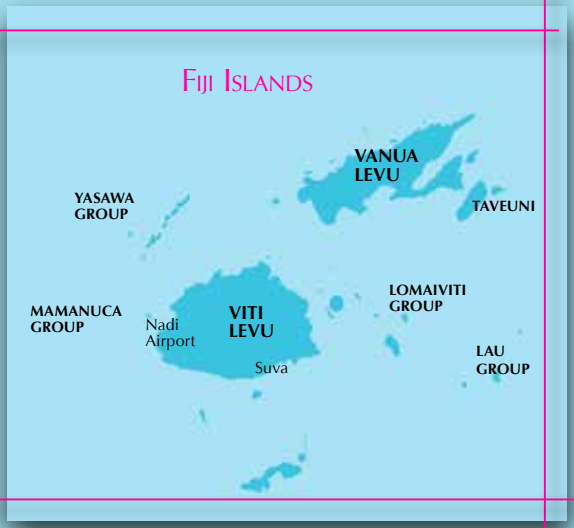
BULA & COMBO PASS

Visitare le Fiji può essere meno dispendioso di quanto si possa immaginare. Accanto ai Resort più esclusivi come il ***TURTLE ISLAND*** *(www.turtlefiji.com) a Blue Lagoon nel Nord delle Yasawa (2800 USD a notte per una doppia), o all'inarrivabile "7 stelle"* ***LAUCALA ISLAND RESORT*** *(www.laucala.com) sull'omonima isoletta a fianco di Taveuni di proprietà di Dietrich Mateschitz titolare della* Red Bull *ma costruito dal magnate americano Malcolm Forbes, (dai 3 ai 35.000 USD al giorno, ovviamente "tutto compreso"), esiste la possibilità di soggiornare in questo splendido arcipelago senza essere dei "paperoni". Molti hotel offrono "cameroni comuni", non dissimili dai nostri ostelli, dove una folta schiera di giovani backpackers provenienti in gran parte da Australia e Nuova Zelanda trova ospitalità a buon prezzo. Ma la formula più interessante è rappresentata dalla combinazione* ***Bula Pass*** *o* ***Bula Combo Pass*** *ideata dall'Agenzia* Awesome Adventures Fiji *(www.awesomefiji.com). Armatori del mitico* Yasawa Flyer, *il giallo catamarano veloce che giornalmente collega tutte le isolette del mini arcipelago con la "main land" Viti Levu, hanno consorziato tutti i resort raggiunti offrendo un pacchetto comprendente il collegamento "navale" e il soggiorno della durata variante tra i 5 e i 12 giorni con la possibilità di "saltare" da un isola all'altra a proprio piacimento. I resort vengono classificati con 1, 2, 3 coconut, invece che con le stelle, in modo da accontentare ogni budget. Il risultato di questa intelligente proposta è un viavai continuo di turisti che quotidianamente si trasferisce da un'isoletta all'altra, e che si scambia informazioni a vicenda. Si può infatti cambiare resort in corso d'opera pagando un'eventuale differenza in loco. L'Agenzia devolve, poi, parte del ricavato ai villaggi delle Yasawa, soprattutto per realizzare scuole e permettere ai bambini di rimanere con la propria famiglia invece di spostarsi da un'isola all'altra per seguire le lezioni.*

BULL SHARK E SQUALI TORO

Mike Neumann, simpatico svizzero ticinese proprietario e fondatore di ***Beqa Adventure Divers***, il diving specializzato nello shark feeding a Pacific Harbour ci scrive (in italiano): «Riguardo alle controversie sul feeding… i bull sharks non sono stanziali ma continuano a circolare, e gli individui (che noi conosciamo) rimangono in zona per non più di una settimana e poi ripartono per mesi, per cui gli effetti ecologici sulle prede sono minimi, tanto più che, purtroppo, i pescatori le annientano comunque".

Nel numero 6 di Scubazone, nell'articolo Made in Fiji 2, le didascalie su alcune foto riportano la dicitura "squalo toro" ma andrebbero corrette con "squalo zambesi" o "*carcharhinus leucas*". L'errore è comune e giustificato in quanto gli anglosassoni li chiamano "bull sharks" mentre in italiano il nome "squalo toro" corrisponde a "*odontaspis taurus*".



FIJAN TIME

I Fijani sottolineano spesso di avere un tempo tutto loro e il significato lo comprendi man mano che rimani qui. Vuol dire prendere la vita sorridendo, essere gentili, accoglienti e non essere schiavi, come noi, del "dover" fare". È la presenza del Grande antico oceano, capace di dilatare il tempo, che crea questa così diversa percezione, distanza e non soggiogazione alla quarta dimensione, ed espande il ritmo delle piccole cose di ogni giorno. Nelle isole la vita si svolge in un orizzonte profondo di mare, in piccoli villaggi dove non ci sono, oltre alle case, negozi, scuole, ma solo capanne-chiese. Così i Fijani se ne stanno spesso, come noi, naufraghi a tempo parziale, a riposare, osservare, respirare rilassati il mare e il vento. E se c'è un ritmo della vita "dovuto", chi non preferirebbe, potendo, il **fijian time***?*

un'ampia terrazza fronte mare. Il cibo è piuttosto mediocre, salvo la rara eccezione della squisita cena tradizionale fijana col forno interrato.
Dopo mangiato Sera, animatrice del lodge, si scatena. È una molla supercompressa di energia che esplode nel ballo, nelle battute, nella gestione molto brillante di giochi tipici delle feste adolescenziali. Con la sua calda voce, finito il lavoro, canta insieme a Mark e Joe le struggenti melodie locali.

GIGI *Visitiamo altre isole del circondario, in una della quali vi è una grotta la cui esplorazione richiede un piccolo passaggio da speleosub in apnea. Ovunque i colori del mare sono straordinari.*
Blue Lagoon, la baia dove è stato girato il famoso film, è a solo 10 minuti di barca e, con lo splendore della sabbia bianca, la vegetazione rigogliosa degli alberi che si protendono regalando gradevoli zone d'ombra, la ricchezza dell'ambiente sottomarino, è la nostra meta quotidiana preferita e la perlustriamo sopra e sotto l'acqua.

CRI Il piccolo *Nanuya Island Resort*, sempre super prenotato, detiene l'esclusiva in questo luogo da sogno, mentre il *West Side Water Sport* è l'annesso diving che provvede ai subacquei provenienti anche dalle altre 4 isolette che si affacciano su quel tratto di mare. Un moderno, spazioso maxi-gommone a chiglia rigida ci trasporta velocemente sul sito dove ci attendono nuove emozioni.

GIGI *Scendiamo a 21 metri a "Chapel" e ci collochiamo in piedi dietro una semplice cima che ondeggia su e giù e avanti e indietro, lasciandoci completamente esposti. Rovesciato sul fondo dal feeder l'unico "piatto" composto dai resti delle aragoste spolpate dagli ospiti dell'esclusivo "Turtle lodge", gli invitati del banchetto aprono le danze: sono branchi di fucilieri, un titan trigger fish, un enorme picasso dal manto delicatamente leopardato, le solite cernie "king size" a bande tremolate bianche e nere, un pappagallo dai riflessi rosa-violetti, un napoleone che sorvola dall'alto e nuvole di farfalla, sergeant fish, wrasse...*

CRI Gli squali si fanno un po' attendere, poi arrivano i primi: sono greyshark di tutte le taglie. Alcuni guizzano in modo nervoso anche verso l'alto con il cibo stretto nelle fauci dentate che ingoiano con movimenti bruschi e inquietanti. Non manca quello, ovviamente di dimensioni importanti, che si dirige verso i subacquei. I nostri compagni d'immersione, novellini di "shark feeding", fanno un balzo all'indietro e lì restano con l'occhio un po' sbarrato.

GIGI *Come a Pacific Harbour rimango immobile non so se perché sono fiducioso o perché il mio corpo istintivamente sceglie di non farsi notare dallo squalo. La visibilità è buona: la livrea dei greyshark assume delle iridescenze argentate e quella dei pesci di barriera cambia colore con il movimento e le diverse inclinazioni.*

CRI Compare il "signor limone" che se ne sta per lo più sdraiato sul fondo per servirsi più comodamente. Ogni tanto, per digerire, fa qualche breve sinuosa passeggiata. Gigi mima il segno della spremuta: ha proprio delle sfumature gialline sulla pelle! E mentre noi si guarda, gli occhi spalancati, la mente paralizzata dalla malia di questi bellissimi animali, inatteso, si presenta "mr. bull shark", possente, gigantesco rispetto a tutti gli altri e l'emozione ci fa trasalire. È un primo attore che domina la scena mentre gli altri commensali si fanno un po' da parte. Azzanna qualche guscio (vuoto) di aragosta che sputa sdegnato.

Seahorse & girl

Bull shark

Atollo Yasawa

Frangipane Nabua Lodge

Flame tree Nacula

Bure tradizionale Nacula

Spiaggia incontaminata Nacula Yasawa

GIGI *Alle 2 del pomeriggio, guidati da Sera, si va a visitare il villaggio adiacente al nostro albergo e a omaggiare il suo capo. Il sentiero si snoda fra orti di kasava e sbuca in un prato, ben curato, in cui sono sparpagliate le case fra alberi di frangipane pieni dei loro bouquet di fiori bianchi dal profumo inebriante, alberi del pane, flame tree dai fiori rosso vivo che risaltano, come piccole lingue di fuoco, sui lunghi e nodosi rami aperti in un grande ombrello. La maggior parte delle costruzioni sono in cemento con pochi esemplari di "bure" tradizionali in paglia e nel complesso l'impressione è di una povertà serena e dignitosa.*

CRI Veniamo fatti accomodare in una grande capanna di rappresentanza. Il capo finalmente arriva: è un bell'uomo, con un atteggiamento autorevole e cordiale a un tempo, che ci circonda le spalle con il braccio mentre vengono scattate le foto souvenir. Prima di andar via gli consegniamo un obolo, 5 F$, che servirà per realizzare una cisterna per l'acqua piovana. All'esterno ci attendono le donne che, con accanto i loro deliziosi bimbi, vendono, in modo riservato e non invadente, braccialetti e collane realizzati con legnetti, scorza del cocco e conchiglie. Sono tante ed è imbarazzante scegliere di comprare soltanto da alcune, escludendo tutte le altre.

GIGI *Una mattina ci arrampichiamo sulla collina accanto al lodge da cui abitualmente si ammira il sole tramontare in un panorama mozzafiato e proseguiamo sul sentiero che costeggia dall'alto un mare dalle tinte e sfumature incredibili abbracciato dalle*

isole circostanti. Nacula alterna zone molto verdi a zone aride. Sotto di noi la lunghissima spiaggia del lato ovest è profilata da una giungla bassa che attraversiamo scendendo per raggiungere il mare. La marea calante rende la spiaggia sempre più profonda e scopre amplissime lingue di sabbia. Il chiarore abbagliante del velo d'acqua che le ricopre sfuma nel blu del mare e, percorrendole, ci lasciamo pervadere e penetrare dalla magnificenza del grande oceano, dal senso di libertà e di assenza di confini del suo orizzonte lontano.

CRI Camminiamo per quasi due ore immersi in questa natura silenziosa e intatta fatta di sabbia senza impronte, vegetazione, rocce di lava coperte da una patina rosso ruggine con piccoli nidi di creta. Ritorniamo ripercorrendo la battigia con l'alta marea che incalza e la riduce a vista d'occhio, satolli della bellezza del paesaggio di quest'isola.

GIGI *Decidiamo di lasciare il Nabua Lodge per visitare un'altra isola delle Yasawa prima di tornare a casa. C'è tutto il tempo di recarsi al villaggio per assistere alla funzione della domenica mattina in una chiesa protestante. È un rito lunghissimo: circa tre ore. La gente affluisce poco alla volta. La maggior parte delle donne, vestite di bianco, si sistema in fondo; i bambini e i ragazzi davanti.*

CRI Accanto al pulpito siede il coro. Gli uomini e alcuni dei bambini indossano il tradizionale gonnellino nero (*sulu*) con camicia bianca e cravatta e, a volte, la giacca. Sono tutti molto compunti con il libro dei salmi in mano, e l'atmosfera è profondamente coinvolgente. Il pastore viene a salutarci calorosamente e inizia la cerimonia. I bambini si muovono liberamente e noi li osserviamo rapiti mentre il coro intona dei canti molto toccanti. La questua è nominale per chiamata: ciascuno dà alla comunità quello che può, se può.

GIGI *Allo sbarco al* Manta Ray Resort*, come negli altri lodge, c'è il comitato di accoglienza e, come sempre, il barcaiolo fintamente minaccia di non servirci la cena se non risponderemo urlando fortissimo il classico "Bulaaaa!!". L'isola di Nanuya Balavu è molto piccola e nel mese di giugno è possibile fare snorkeling con gruppi di mante anche di 12/15 individui. Questa volta abbiamo un bure minimo su palafitte con una piccola veranda e un'amaca nel giardino di mangrovie sottostante. Il ristorante è in cima alla collina con una panoramica vista mare. L'acqua è di un azzurro chiarissimo e a pochi metri dalla riva si distende una barriera floridissima. Lo snorkeling è fra i più belli che abbiamo mai fatto in assoluto. I colori sono in tutte le varietà di rosa, lilla, violetto, fucsia, azzurro turchino, arancio, ocra, giallo chiaro.*

CRI E sottacqua lo spettacolo continua: la varietà e la grandezza dei coralli duri e morbidi e delle spugne è superba e ne sono ricoperti interamente i piccoli canyon, gli archi, le caverne, gli anfratti. Mentre due pinna bianca ci nuotano elegantemente molto vicini, l'ultima immagine, già carica di nostalgia, è quella di un fiabesco pinnacolo in controluce ricoperto da gigantesche gorgonie.

GIGI *Qui in questa tranquillità, rotta solo in certi momenti dalla musica, il* Fijan time *si attua in pieno. Rimaniamo un periodo minimo di due giorni e ripartendo, salutati dai dolcissimi canti di congedo con le visioni del mare nel cuore, è come se fossimo rimasti per un tempo sufficiente a sentirci a casa.*

Capo villaggio Nacula

Bambino Nacula Yasawa

Spagna · l'Estartit · Isole Medes · Costa Brava

Les Illes

HOTEL & DIVING

Vieni a conoscerci!

www.facebook.com/hotellesilles

@hotellesilles

www.hotellesilles.com

INFORMAZIONE IN ITALIA

Brusa Andrea | Cell. 348 870 7268

info@brusasport.com | www.brusasport.com

C/ Illes, 55 · E-17258 l'Estartit · Girona · Costa Brava · Spagna

Tel. +34 972 75 12 39 · Fax +34 972 75 00 86

info@hotellesilles.com | www.hotellesilles.com

L'Oceano è pieno di meraviglie prendiamocene cura!!!!

CROCIERE & SOGGIORNI MALDIVE—SEYCHELLES—GALAPAGOS—COCOS

THUBBATAHA—KOMODO-RAJA AMPAT-KOMODO-SULAWESI-SRILANKA

Macana Maldives Via Dalmazia 454—Pistoia

0573.1941980 / 337.435934

info@macanamaldives.com

www.macanamaldives.com

Macana Maldives

Diving Tour Operator

Spot Project

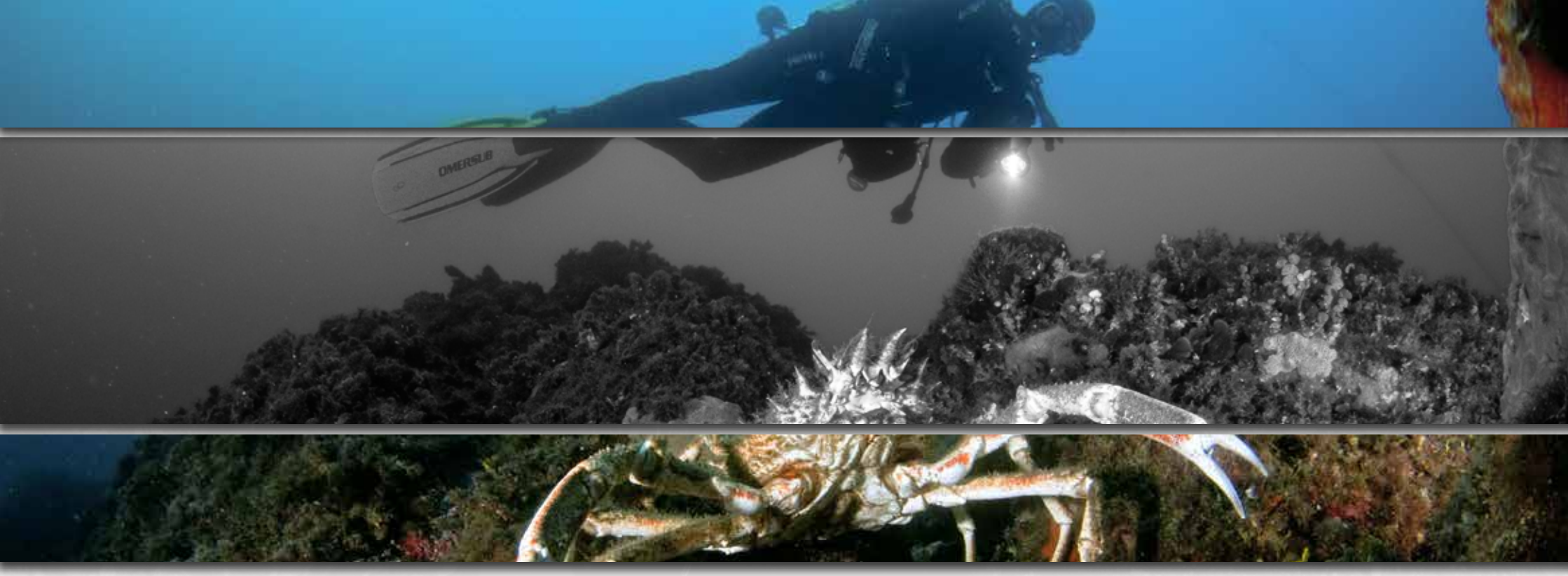
DI FRANCESCA MANEA

TRA GROTTE E CANYON A COSTA PARADISO

COSTA PARADISO È UN'IMPORTANTE "FETTA" DELLA SARDEGNA PIÙ SCHIETTA, DOVE TUTTO CIÒ CHE SI VEDE E SI VIVE SEMBRA APPARTENERE AD ALTRI TEMPI.

Percorrendo l'unica strada che dalla statale porta a Costa Paradiso, inoltrandosi sinuosa nella macchia mediterranea, si ha l'impressione di aver sbagliato percorso.
Circondati da una vegetazione selvaggia, si procede per un buon tratto in salita e sembra impossibile che quella sia la direzione del mare. Finalmente, si giunge alla sbarra di entrata del villaggio, dove un occhio vigile accoglie, ma osserva, chiunque passi di lì.
Dopo poco cominciano a notarsi le prime costruzioni, di un rosa pallido come il granito delle rocce, poi la strada curva, scende lungo una gola, disegna tre corti tornanti ed eccolo, laggiù, il mare: una distesa blu cobalto piena di promesse.
Il panorama è davvero particolare: la costa, ripida, scende verso il mare in un alternarsi di distese verdeggianti e spuntoni di granito, modellato dal mare e dal Maestrale, fino a prendere delle forme che richiamano figure umane o animali, che i locali hanno usato per dare il nome ad alcune zone di Costa Paradiso, come **Lu Diaulu** (il diavolo) o **Li Streghi** (le streghe).
Il litorale è costituito per lo più da insenature e calette, raggiungibili percorrendo dei sentieri nella macchia mediterranea o dal mare, dove si possono trovare lunghi momenti di pace e solitudine. Le spiagge sono dei piccoli gioielli incastonati in uno scenario di ripidi pendii e faraglioni.
Il carattere così particolare della linea di costa si rispecchia anche nell'unicità dei suoi fondali. I grandi massi di granito, presenti sott'acqua come sulla costa, sono stati ricoperti da uno spesso strato di coralligeno che caratterizza gli scenari sommersi e la tipologia di vita che vi si trova.
Le secche sono costituite da praterie di Posidonia sulla sommità, che poi degradano su pareti di coralligeno brulicanti di vita e, spesso, ricoperti da fioriture del tipico corallo rosso di Sardegna. Questa versione mediterranea di barriera corallina qui si trova già a 20 metri di profondità e costituisce l'habitat di numerose specie, tra cui nudibranchi, piccoli cro-

SCOPRIAMO UN MARE UNICO CON L'ASD COSTA PARADISO



stacei, pesci di scoglio e di passo. Frutto della biocostruzione sono anche gli scenografici canyon e le numerose grotte, siano esse grandi stanze luminose o intriganti tunnel da percorrere in fila indiana. Questi ambienti, in penombra o in oscurità, sono luoghi perfetti per fare incontri memorabili: infatti, sono popolati dai predatori sciafili, come astici, aragoste, gronghi e mustelle.
L'attività subacquea a Costa Paradiso è legata alla presenza dell'omonimo diving center, che vi opera da quasi vent'anni e che ha reso fruibili i siti di immersione, che in passato erano appannaggio di corallari e pescatori della zona, e che oggi continua a esplorare il fondale per trovarne di nuovi, fino a formare un ventaglio di più di trenta punti differenti.
Ecco un paio di esempi.

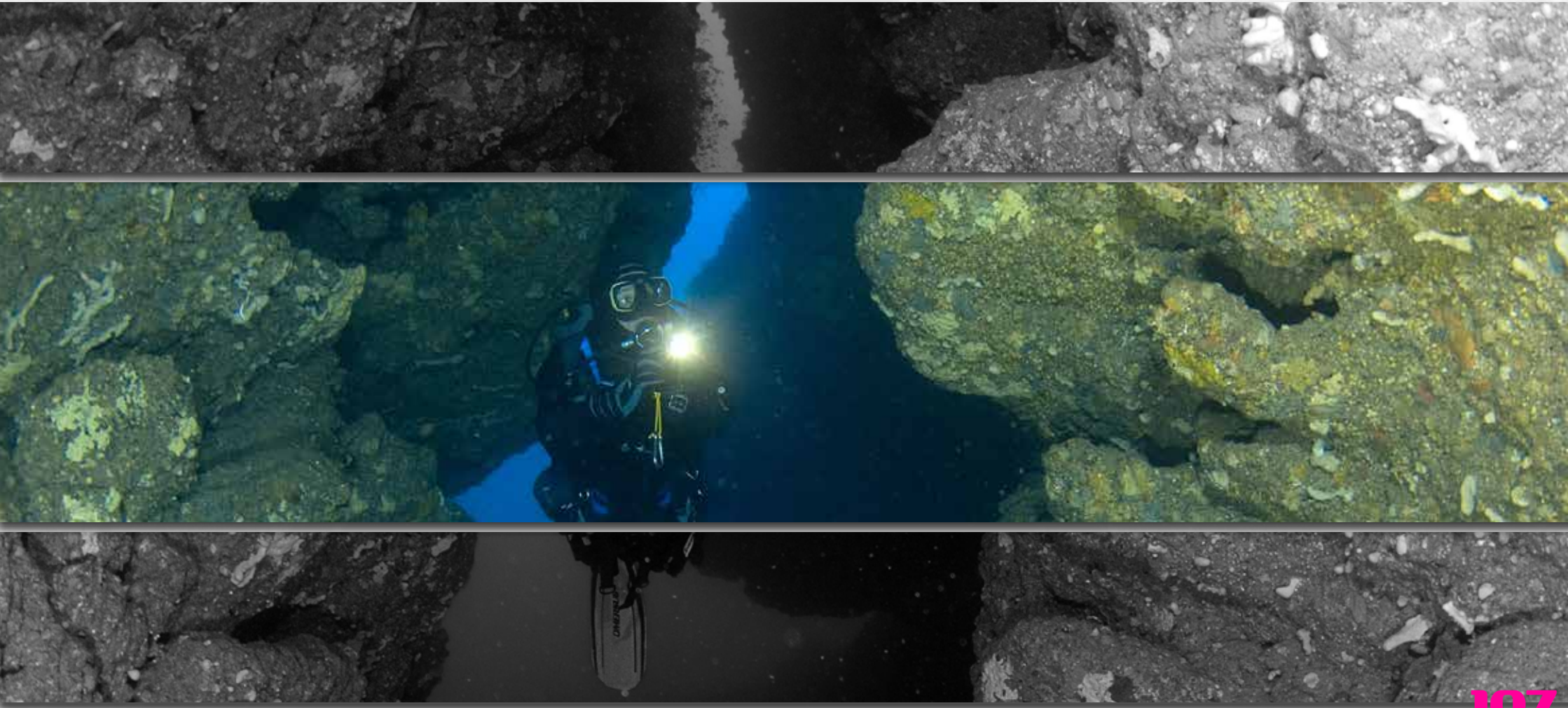
CAMELOT - L'ancoraggio di Camelot dista solo 400 metri dal porticciolo del Club Nautico.
Atterriamo veloci su un pianoro di Posidonia dopo una discesa nel blu di 24 metri. L'acqua fredda di un maggio dal sole avaro intorpidisce il corpo ma sveglia la mente e, con i sensi acuiti, ci spostiamo davanti all'entrata del tunnel che conduce a Camelot. Un'aragosta fa vibrare le sue antenne nella mia direzione, quasi come un benvenuto. Gliele sfioro ed entro. Il fascio della torcia si fa strada nell'oscurità del tunnel, cercando, senza invadenza, di svelarne i segreti. Scopro una galatea rimasta senza tana: mi guarda con i suoi occhi strabuzzati, indecisa se tentare una fuga disperata o fingere di non esserci. Osservo il rosso e il blu che si rincorrono sul carapace formando decori dalla simmetria precisa, poi, con un guizzo, la galatea scompare nel buio con un leggero rumore di nacchere.
Il primo tunnel finisce in un androne spazioso e illuminato da un'apertura sulla parte opposta. L'ingresso del secondo è nascosto dall'oscurità e, una volta che il gruppo si è riunito, lo imbocchiamo.
È la luce il segreto di Camelot, la luce che filtra dal merletto della roccia, e che nel silenzio del mare acquista un suono, una voce sommessa e piena di eleganza. Lentamente il tunnel finisce e scivoliamo dentro la stanza, dove siamo investiti dai raggi che filtrano da un'apertura sulla volta della grotta. All'interno, l'acqua è così limpida che quasi non si percepisce. Una volta che gli occhi si sono abituati alla penombra, non resta che misurare la grandezza impressionante di quest'unica stanza di roccia, attraversata in lunghezza da una spacca sul soffitto che mostra il blu del mare aperto e traccia una scia luminosa sulle onde di sabbia del fondo. Ci accostiamo alla parete di destra che rientra in una serie di anfratti in cui curiosare. La penombra permette una visibilità sufficiente da non dover usare la torcia ed evitare, così, di accecare qualche eventuale ospite. Ci fermiamo con l'impressione che ci sia qualcosa nell'oscurità: sembra il volto di una di quelle madonne stilizzate, con la testa inclinata e il viso pallido a mezzaluna, un velo argentato sul capo. Poi il velo ondeggia e prende la forma di una grossa seppia, che ci restituisce uno sguardo curioso tra i corti tentacoli. Ci spostiamo al centro della grotta: è il momento di spegnere la luce. Oscuriamo la torcia e restiamo ad

"ascoltare" la luce di Camelot. C'è qualcosa di sacro in quel luogo, così irraggiungibile per l'uomo da essere quasi soprannaturale. Uscendo, mi giro a guardare quel blu che non ho ancora trovato in nessun altro posto. Riguadagniamo un po' alla volta lo spazio aperto, percorrendo un cunicolo scavato nella roccia e poi un canyon costellato di occhi di Santa Lucia.

LE GUGLIE - La Secca delle Guglie si raggiunge con una breve navigazione, poiché dista solo 800 metri dal porticciolo. L'immersione deve il suo nome ai pennacchi rocciosi che dal cappello di coralligeno salgono verso la superficie, permettendo di ancorare a 5 metri di profondità.
Scendiamo in una nuvola di castagnole, sciarrani e piccoli saraghi curiosi. Ci accostiamo a uno dei picchi per scendere gradatamente in un canale, trovando, sul fianco, una variopinta parete che degrada in un plateaux di coralligeno.

Dopo una serie di piccoli buchi in cui curiosare, si arriva a un anfratto più profondo, dove ondeggiano sinuose corvine. Alla fine del canale, una spacca invita ad abbassarsi intorno ai 24 metri, per raggiungere uno spiazzo di sabbia bianchissima e accostarci a un'altra parete ricoperta di gorgonie bianche, tra cui si scorgono flabelline e cratene.
Circumnavigando la secca, sorvoliamo una distesa di Posidonia e alla fine si vedono le due guglie.

Una volta riguadagnati i picchi, è il momento di puntare lo sguardo verso l'alto per scorgere i barracuda in banchi foltissimi. Ci sono spacche con enorme covate di uova di calamaro, mentre una murena con le fauci aperte si affida a due o tre gamberetti per farsi ripulire la bocca. **Nel Mediterraneo si trovano per lo più cose piccole, che non fanno rumore, ma proprio per questo sono scoperte preziose che vanno protette tutelando posti come Costa Paradiso.**



Let's Dive!

www.barracudaustica.com

www.isdaitalia.it
www.isdaworld.com

info@isdaitalia.it

336-3807470

isdaworlwide

ISDA
International Scuba Diving Academy

Da oltre 25 anni nel cuore del Mar Rosso e dei nostri ospiti.
Hotel 4* con piscina per i corsi, due centri sub, ristoranti di qualità,
ottimo gelato italiano e lo storico Camel Bar.

- 7 notti in B&B + 5 giorni di immersioni dalla barca €392 p.p.
- Pacchetto 3 giorni/6 immersioni €135 p.p.

Offerta valida dal 15 Maggio al 15 Luglio 2013
Inclusi trasferimenti e Nitrox

BONUS! Menziona il codice SZ813I per un ulteriore sconto **del 5%**
(valido per prenotazioni sub effettuate entro il 30 Aprile)

Prenota online o contattaci
info@cameldive.com **cameldiveclub** **+20 69 36 244 41**
www.cameldive.com/italiano **/cameldive.sharm**

CROAZIA

Nella verde isola di UGLJAN di fronte a Zadar nuovo

DIVING CENTER Ugljan

IMMERSIONI: PACCHETTO BLU 5+1 GRATIS
PARCHI MARINI-RELITTI
SITI ARCHEOLOGICI
NITROX-TRIMIX

OTOK UGLJAN ZADAR CROATIA
00385-23-288261
www. Divingugljan .com diving-ugljan @ net.hr

DI CARLO CERRANO

VORREI PROTEGGERTI, MA...
NON SO DOVE SEI

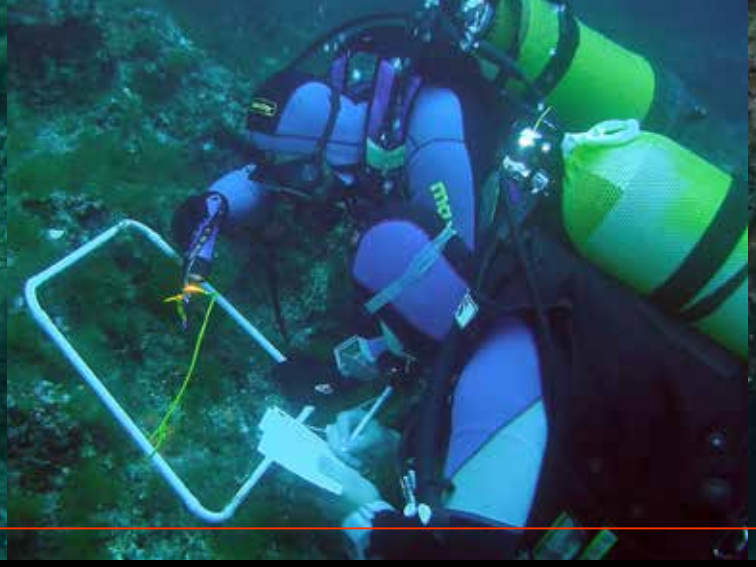
Foto di Massimo Ponti

DEGRADO AMBIENTALE IRREVERSIBILE

L'uomo sta chiedendo all'ambiente prestazioni sempre maggiori e l'ambiente sta manifestando chiari segni di sofferenza. L'attuale stato di degrado ambientale è unico nella storia dell'uomo e in molte aree, anche in Italia, la situazione è ormai irreversibile.
I sempre più frequenti episodi catastrofici che avvengono a causa dell'elevato dissesto idrogeologico del territorio ne sono una chiara conferma. I prossimi anni rappresentano l'ultima opportunità per impedire che un atteggiamento così miope inneschi un processo di degrado senza via di ritorno su scala ancora più ampia. Stiamo sfruttando l'ambiente in cui viviamo per garantirci vantaggi immediati che però, a lungo termine, si trasformeranno in svantaggi.

Per andare verso un cambio di rotta il 17 giugno 2008 il Parlamento Europeo e il Consiglio dell'Unione Europea hanno emanato la Direttiva quadro 2008/56/CE sulla strategia per l'ambiente marino, successivamente recepita in Italia con il d.lgs. n. 190 del 13 ottobre 2010. La Direttiva si basa sul coinvolgimento di tutte le competenze possibili per diventare così il riferimento per la futura politica marittima dell'Unione Europea. La Direttiva pone come obiettivo agli Stati membri di raggiungere, entro il 2020, il buono stato ambientale (GES, *Good Environmental Status*) per le proprie acque marine. Per buono stato ambientale delle acque marine s'intende *la capacità di preservare la diversità ecologica, la vitalità dei mari e degli oceani affinché siano puliti, sani e produttivi garantendo un utilizzo sostenibile dell'ambiente marino alle attività delle generazioni presenti e future*.
Nell'attesa che la Direttiva inizi a innescare qualche processo virtuoso, la perdita di biodiversità non sembra arrestarsi. Perdere biodiversità significa compromettere il funzionamento degli ecosistemi, perdere informazioni utili al benessere dell'uomo e ridurre le capacità di recupero dell'ambiente.
È fondamentale una presa di coscienza da parte di tutti riguardo al fatto che danneggiare l'ambiente non è un problema che ci tocca marginalmente o addirittura, vivendo in città, per niente, ma è una questione intimamente legata alla nostra qualità della vita.

Ricercatrice durante i rilievi subacquei



La cura della vita umana deve essere una preoccupazione prioritaria quando si parla d'ambiente, ma proprio per questo non è possibile immaginare una vita di qualità in un contesto ambientale degradato. Se l'uomo si svincola, si distacca dall'ambiente in cui vive, va inevitabilmente incontro a una forte alienazione.
Chi, come i subacquei, ha la possibilità di vivere uno stretto rapporto con la natura, può sviluppare una maggiore sensibilità verso la capacità di osservazione, verso la capacità di stupirsi. Anche se il subacqueo può essere più o meno attratto dall'habitat circostante, il coinvolgimento con l'ambiente è totale. Stupirsi vuole dire reagire a qualcosa d'inaspettato, d'imprevisto da cui siamo stati colpiti. Questa è l'emozione che in genere ci affascina.
Purtroppo, quello che ad oggi ancora manca è una stima adeguata della reale entità della biodiversità del Pianeta. In mare questo vuoto è più importante che sulla terra ed è quindi urgente sviluppare progetti rivolti alla soluzione del problema.
Tra i motivi principali che limitano lo sviluppo di piani d'azione per specie e habitat marini, vi sono la mancanza di una conoscenza dell'estensione, della distribuzione, delle dinamiche e soprattutto delle interazioni tra le varie specie. A complicare tale scenario si aggiunge l'anomalo riscaldamento del pianeta che sta rapidamente modificando gli equilibri di numerosi ecosistemi, compresi quelli marini.

Il monitoraggio di tali ambienti è l'unico sistema che consenta di comprendere i cambiamenti in atto, ma l'estensione delle coste italiane e il ridotto numero di ricercatori subacquei non consentono rilievi adeguati. Un buon corso di biologia marina per i subacquei e un loro successivo coinvolgimento, collaborando, per esempio, a progetti di ricerca scientifici, porterebbero sicuramente importanti contributi utili alla tutela degli ambienti sommersi ma anche una generale maggiore consapevolezza degli atteggiamenti che l'uomo dovrebbe sviluppare per iniziare a ridurre il proprio impatto sulla natura.
Sarebbe, infatti, sempre più chiaro a tutti che gli ecosistemi, se inalterati, non producono rifiuti perché gli scarti prodotti da una specie sono una risorsa per un'altra, e che è proprio l'elevata diversità di un ambiente che garantisce questo efficiente riciclo.
L'osservazione della natura e delle complesse relazioni esistenti tra i vari organismi potrebbe inoltre fare riflettere sul fatto che la vita, nata proprio nell'ambiente marino, ha le caratteristiche che oggi conosciamo grazie soprattutto all'evoluzione di processi collaborativi tra le specie, alla formazione di reti e associazioni. La competizione porta invece spesso alla scomparsa di almeno una parte dei contendenti.
Un esempio da non sottovalutare se vogliamo garantire un futuro anche a chi verrà dopo di noi.

L'associazione REEF CHECK ITALIA ONLUS, membro dell'organizzazione mondiale *Reef Check*, da anni si dedica alla formazione di volontari volti alla raccolta di dati utili a delineare le distribuzioni e abbondanze di numerose specie di particolare interesse ecologico e a seguire i cambiamenti dei popolamenti bentonici in relazione ai cambiamenti di temperatura e dell'impatto antropico, sia in Mediterraneo sia nei mari tropicali.
Numerose iniziative sono condotte sia con subacquei per la raccolta di dati in immersione sia con studenti di scuole di vario ordine e grado per la raccolta di dati sulle spiagge.
Chiunque intenda partecipare attivamente può visitare il sito www.reefcheckitalia.it e chiedere informazioni.
I volontari, dopo un breve corso dedicato alla standardizzazione dei metodi di osservazione, potranno contribuire attivamente arricchendo e aggiornando il database georeferenziato consultabile sul sito.
Anche quest'anno sono previse alcune borse di studio come supporto alla partecipazione di spedizioni in aree tropicali, dedicate alla valutazione dello stato di salute dei reef corallini.

NEWS

DI MARCO DATURI

BUON COMPLEANNO SCUBAZONE!

IL 21° EUDI SHOW SI È TENUTO IN FIERAMILANO DAL 15 AL 17 FEBBRAIO 2013.

In questa occasione *ScubaZone* ha festeggiato un anno di vita e, nonostante la giovane età, si è rivelato essere un magazine già molto conosciuto e apprezzato per l'elevato livello qualitativo, la ricchezza di contenuti, la grafica innovativa e la disponibilità gratuita online e offline.
Abbiamo ricevuto visite di moltissimi collaboratori, nuove candidature, e interesse anche dall'estero da importanti e affermate realtà editoriali interessate a collaborare.
Molte delle novità anticipate in fiera saranno sviluppate sui prossimi numeri di *ScubaZone* che diventerà sempre più multimediale e dinamico.
ScubaPortal arriva a questa tappa con 10 anni di community con oltre 22.000 membri iscritti e si riconferma una realtà di riferimento.
Sul palco della manifestazione ottiene un inatteso premio "*per il prestigio, le capacità organizzative, il livello qualitativo e il contributo dato alla diffusione della fotografia e delle attività subacquee*" conferito dal Comitato Organizzativo del 21° Eudi Show per il concorso fotografico MyShot.

Abbiamo chiesto a molti espositori il loro parere e nel complesso ci è sembrato di percepire una buona soddisfazione, probabilmente sopra le aspettative che quest'anno, per diversi motivi, erano a buon ragione inferiori a quelle di altri anni. In molti casi in fiera si prendono contatti, e se poi diventeranno utili per il lavoro lo si vedrà nei mesi successivi.

Cosa ci è piaciuto di più:

- La presenza, nonostante la criticità di una congiuntura economica non ottimale, di molti operatori che hanno magari ridotto la dimensione dello stand pur di partecipare.
- Un programma ricchissimo di eventi con moltissimi appuntamenti interessanti.
- La partecipazione più attiva e il coinvolgimento di molti collaboratori, per noi superiore alle edizioni precedenti.
- La partecipazione del pubblico a riempire il nostro padiglione 6 dedicato alla subacquea e il nostro stand.

Cosa ci è piaciuto di meno:

- La mancanza di molti operatori del settore: senza entrare nel merito delle motivazioni, ci piacerebbe vedere la subacquea riunita sotto uno stesso tetto.
- La concentrazione dell'evento in sole 3 giornate, invece di quattro, che ci ha reso quasi impossibile dedicare il tempo necessario agli incontri, tant'è che abbiamo dovuto rinunciare a molti di questi.
- La percezione, speriamo solo nostra ed errata, di un minore interesse mediatico alla subacquea.

TUTTI I NUMERI

Ottenere effetti particolari

Cristian Umili e Alessia Comini

Grazie all'avvento della fotografia digitale anche sott'acqua si può sperimentare e cercare effetti che prima, con la pellicola, spesso non si osava metterli in pratica per via del risultato aleatorio e delle troppe variabili in gioco. Con il digitale si può vedere subito il risultato perciò si è iniziato a sperimentare sempre di più.

TWIST

L'effetto ***twist*** si ottiene girando la macchina fotografica mentre l'otturatore è aperto, perciò si devono usare dei tempi di scatto abbastanza lenti per far sì di avere il tempo di far ruotare la macchina. La macchina deve ruotare sul suo asse in modo che il soggetto al centro dell'inquadratura rimanga nitido, mentre ai bordi troviamo un vortice creato dal movimento della macchina.
Il problema di quest'effetto sicuramente di primo acchito colpisce, ma può stancare velocemente, si deve sempre contestualizzare l'effetto che si usa non solo con la fotografia nella sua interezza ma per valorizzarne il soggetto: l'effetto non deve essere usato in maniera slegata al soggetto stesso.
Questo effetto lo si ottiene usando obiettivi grandangolari o fish eye, e un tempo di scatto lento come 1/10 di secondo o più lento. Se è possibile consiglio di impostare il sincro flash sulla seconda tendina in modo che i flash scattino appena prima della chiusura dell'otturatore; quando ci si prepara a scattare questo genere di foto si devono serrare bene i braccetti dei flash in modo che quando ruotiamo la macchina questi non vadano in giro ed entrino eventualmente nell'inquadratura.
Per ottenere un buon effetto non dobbiamo essere troppo profondi altrimenti rischiamo di non avere abbastanza luce ambiente per illuminare la parte di sfondo che dove venire mossa, se usassimo la sola luce flash il movimento verrebbe congelato in una sola frazione di secondo dal flash stesso.

Movimento spezzato per fare il twist. Volendo si può partire con la macchina in orrizzontale.

IL MOSSO

Un soggetto mosso in una fotografia spesso è un errore, ma potremo sfruttare effetti di movimento per valorizzare e dare movimento all'immagine, che di sua natura è statica e bidimensionale.
Per ottenere l'effetto mosso dobbiamo usare un tempo di scatto lento, ma non troppo perché il soggetto deve rimanere comunque leggibile; e per farlo ci possiamo aiutare con la sincronizzazione dei flash sulla seconda tendina che ci permette di avere un effetto più naturale tra l'immagine che viene congelata dal flash e la scia di mosso.
Arrivati a questo punto andiamo a vedere i particolari della messa a fuoco, soprattutto per gli scatti di macrofotografia, per controllare se ci sono zone che sono rimaste sfuocate, spesso anteriormente al soggetto, che danno fastidio o attirano l'occhio, e cancelliamo eventuali immagini con punti fastidiosi.
Alla fine ci ritroveremo con il meglio di ciò che abbiamo fatto.

Canon A540 (compatta), obiettivo a 100mm 1/50 f5,6 100 iso Flash esterno in manuale.

A. Twist in funzione. **B-C-D** Twist - Nikon D80+Nikon 10,5mm fish eye - F 9 - 1/50sec. 100 iso - 2 flash in manuale con sincro flash sulla seconda tendina.

PANNING

È una tecnica molto usata nella fotografia sportiva e in quella naturalistica a terra, essa consiste nel seguire con la macchina fotografica il soggetto in movimento così da avere nitido il soggetto e mosso lo sfondo.

SFONDI BLU E NERI

Molti fotosub ricercano lo sfondo nero che lo si può ottenere usando dei tempi di scatto veloci per azzerare l'influenza della luce ambiente nella fotografia, perciò i flash saranno le uniche fonti di luce, e dovremo avere l'accortezza di non avere rocce vicine visibili nello sfondo e perciò illuminate dalla luce flash; sicuramente è più facile ottenere lo sfondo nero quando il nostro soggetto si staglia nell'acqua (pesce a mezz'acqua o soggetto appeso ad una gorgonia) in quanto dobbiamo solo preoccuparci di usare una coppia tempo-diaframma tale da sottoesporre lo sfondo ma con un diaframma corretto per avere una corretta esposizione della luce flash.

Trovo però più accattivante e realistico uno sfondo azzurro; ottenerlo è sicuramente più difficile soprattutto se siamo in profondità in quanto dobbiamo trovare un diaframma che ci permetta di esporre correttamente la luce flash e un tempo di scatto che ci permetta di esporre correttamente anche la luce ambiente. Naturalmente se siamo in prossimità della superficie in un mare tropicale potremo usare dei tempi veloci di scatto dandoci la sicurezza di non avere la foto mossa, se invece ci troviamo in Mediterraneo sui 25-30 metri dovremo usare tempi che più lunghi che ci portano a rischiare di avere una foto mossa.

In questo caso più usiamo un teleobiettivo spinto più l'effetto sarà marcato. Perciò con un grandangolare l'effetto sarà poco visibile mentre con obiettivi macro come il 105mm macro sarà esasperato. Quando usiamo questa tecnica dobbiamo entrare in sincrono con la velocità del soggetto perché nel mirino o nel monitor per tutta la durata dello scatto non vedremo il soggetto e perciò non sapremo con certezza se la fotografia è riuscita oppure è venuto mosso anche il soggetto.
Il tempo di scatto è variabile in base alla velocità del soggetto, il quale dovrà avere un moto da sinistra verso destra o viceversa, per soggetti veloci potrebbe bastare 1/50sec per creare il panning, per soggetti più lenti dovremo usare tempi più lenti. A terra per fotografare un moto che sfreccia basterà anche un 1/125sec.

Movimento da un lato all'altro come se si facesse una ripresa in panning.

Una vecchia fotografia scattata a pellicola con la tecnica del panning.

Il panning è un movimento con cui si insegue il soggetto e ci si muove da sinistra verso destra o da destra verso sinistra.

A. Lo sfondo nero lo si ottiene sottoesponendolo e stando attenti a non avere rocce vicine che entrino nell'incquadratura e che non vengano illuminate dai falsh.
(Nikon D80+105mm+2 flash in manuale - f8 1/125sec @ 100iso).
B. Footografia con sfondo blu, per fare questo sfondo si deve esporlo correttamente e usare i flash per illuminare il soggetto che altrimenti risulterà in silhuette.
(Nikon 80+Nikon 105mm+2 falsh in manuale - f8 - 1/100sec. @ 100iso).

ASSOCIAZIONE SPORTIVA DILETTANTISTICA
COSTA PARADISO DIVING CENTER
GOLD PALM RESORT A 5 STAR PADI #9883

Settimana Blu 2013

Appartamento per 1 settimana
da 4 persone

10 immersioni
a sub

quota SUB 380 Euro
quota NON SUB 140 Euro

Le immersioni si svolgeranno nel pieno rispetto del regolamento interno del diving.
Le immersioni comprendono uscita in barca, accompagnatore, bombola e zavorra.
L'eventuale immersione notturna prevede un supplemento di 10 Euro.
Per qualunque tipo di noleggio, verrà applicato il prezzo indicato nel listino prezzi ufficiale 2013.
L'appartamento è composto da 2 camere da letto,
soggiorno con angolo cottura e terrazza fronte mare.
L'appartamento comprende quota consumi e pulizia finale per tutto il periodo.
Per settimana si intendono 8 giorni/7notti
con il check-in il pomeriggio dell'arrivo e check-out la mattina della partenza.
Il saldo del pacchetto è da effettuare all'arrivo presso il Costa Paradiso Diving Center
e non è per nessuna ragione rimborsabile.

Loc. Costa Paradiso 07038 Trinità d'Agultu (OT)
Tel/Fax +39 079 688027
Cell. +39 339 1951976
Cell. +39 320 4819918
www.divingcentercostaparadiso.it
costaparadisodiving@tiscali.it
Cod. Fisc. 91041710905 P.iva 02398070900

Take video colours.
Use SOLA lights!

LIGHT. MOTION

Illuminatori SOLA da 500 a 4000 lumens

SEA&SEA
UNDERWATER PHOTO EQUIPMENT

Take photo colours.
Use YS strobes!

YS-D1
Il più performante
DS-TTL II

YS-01
manuale e automatico
semplice da usare

Custodie per fotocamere digitali reflex

MDX-5D Mark III

MDX-Nikon D800

MDX-7D

MDX-D7000

RDX-600D

www.fracosub.it info@fracosub.it

FRACO sub 20090 Trezzano s/Naviglio (MI)
Via E.Fermi, 22 Tel. 02-4453120

Cristian Umili e Alessia Comini
i professionisti dell'immagine

Autori del manuale
"La Fotografia Subacquea in Digitale"

Corsi Pratici di Fotosub

a Sestri Levante e Portofino

Stampa fotografica per concorsi

da fotosub per i fotosub

IMMAGINE
STUDIO FOTOGRAFICO
Photo.it by IMMAGINE

Via Nazionale, 148
Sestri Levante (Ge)
Tel. 347-9050670
www.immaginephoto.it

Scoprirsi video operatori subacquei con Nikon D3200 e Nimar

PARTE I

ERIK HENCHOZ E KETTY CARERE

GRAZIE A NIKON D3200 E ALLA CUSTODIA NIMAR È OGGI POSSIBILE PRODURRE FILMATI SUBACQUEI IN FULL HD CON ESTREMA FACILITÀ E SEMPLICITÀ.

guarda il video

Al centro, ben visibile, l'oblò sferico per le riprese video grandangolari. Ai lati i due flash esterni sorretti dai braccetti NiMAR in carbonio, utilizzati per effettuare anche degli scatti fotografici durante la stessa immersione.

Il relitto dell'*Elviscot* all'Isola d'Elba, dove sono state realizzate le riprese video con Nikon D3200.

NIKON D3200 A SUO AGIO NELLA FOTOGRAFIA COME NELLA VIDEORIPRESA SUBACQUEA

Immaginate la possibilità, nella stessa immersione, di scattare delle splendide fotografie ad alta risoluzione e poi, con un semplice pulsante, trasformare l'attrezzatura in una telecamera Full HD!
È quanto vi può accadere sfruttando le potenzialità di **Nikon D3200** e della custodia **NI3D3200ZM**.
Grazie ai comandi posizionati sul dorso della custodia, possiamo gestire facilmente i menu video di D3200 e, quando saremo pronti a filmare, attivare la modalità "Live view".
L'ampio monitor di D3200 è ben visibile attraverso il policarbonato della custodia NiMAR, mentre per attivare e fermare la registrazione video abbiamo a disposizione un apposito pulsante posizionato sulla parte superiore dello scafandro, vicino al comando ON/OFF. Basta, quindi, premerlo per attivare la registrazione del filmato. Tuttavia, per ottenere buoni risultati, occorrerà gestire al meglio i parametri di registrazione della fotocamera.
Nulla di complicato, grazie alla possibilità di spostarsi comodamente nei menu di D3200 anche sott'acqua, saremo in grado di scegliere il miglior "setup" per le nostre riprese.

Nel dettaglio, al centro, il pulsante per gestire le modalità di Nikon D3200, leggermente più indietro quello per attivare e fermare la registrazione video, sullo sfondo il comando di accensione e spegnimento.

LA VIDEORIPRESA SUBACQUEA CON UNA FOTOCAMERA REFLEX

La videoripresa ha ormai, inevitabilmente, "contagiato" il mondo della fotografia reflex. Negli ultimi anni abbiamo visto il susseguirsi di modelli sempre più agguerriti in fatto di videoripresa. Dalle prime reflex in grado di registrare video in formati con risoluzioni alquanto basse siamo passati in poco tempo ad attrezzature dotate di capacità impressionanti. Una piccola rivoluzione che ha portato il mondo della fotografia reflex a stretto contatto con il mondo della videoripresa cinematografica.
L'aggiornamento e il progresso tecnologico hanno fatto il loro corso e, nell'ultimo anno, le capacità di videoripresa delle fotocamere reflex sono ancora cresciute e non solo per quanto concerne i modelli top di gamma. Oggi, molte fotocamere reflex dedicate a un'utenza "consumer" permettono registrazioni in Full HD con la possibilità di gestire in manuale molti parametri, come il formato video, l'apertura del diaframma, il tempo di posa e altro ancora.
Abbiamo così avuto l'opportunità di provare Nikon D3200 e di girare alcuni video subacquei grazie alla nuova custodia prodotta da NiMAR, il modello NI3D3200ZM.

Il dorso della custodia NiMAR con i vari comandi attraverso i quali gestire le opzioni del menu video di Nikon D3200. Questi fondamentali comandi, danno accesso alla modalità Live view e ci permettono di lavorare con i diaframmi e la sensibilità ISO.

L'ATTREZZATURA UTILIZZATA E LE IMPOSTAZIONI VIDEO PER LE RIPRESE SUBACQUEE

L'intento era di mettere alla prova le qualità video di Nikon D3200 in acqua.
Una semplice immersione subacquea sul relitto dell'*Elviscot*, all'Isola d'Elba, ci ha permesso di valutare questa interessante opportunità.
L'attrezzatura è stata predisposta per un utilizzo fotografico con due flash esterni sorretti dagli appositi braccetti, mentre sul fondo della custodia è stata installata una staffa alla quale è stato collegato un treppiede, un simpatico Gorillapod.
Per effettuare le riprese panoramiche del relitto e per gestire al meglio le inquadrature, abbiamo optato per un'ottica grandangolare in grado di fornirci una buona profondità di campo e la possibilità di gestire facilmente la messa a fuoco grazie alla corta focale. L'oblò in dotazione lo permetteva e abbiamo così deciso di scafandrare lo Zoom AF-S Nikkor 12-24 mm 1:4G ED DX, ottica dotata di motore autofocus, pertanto in grado di lavorare in autofocus con Nikon D3200.
Abbiamo voluto semplificare al massimo l'attrezzatura video sub così da renderci conto delle effettive capacità di Nikon D3200 e la custodia NiMAR in condizioni di buona illuminazione ambiente durante un'immersione subacquea. Per questo abbiamo deciso di non utilizzare luci artificiali e di evitare appositamente l'opzione della premisurazione manuale del bianco, lasciando fare tutto, o quasi, alla performante Nikon D3200.

Il dorso della custodia NiMAR NI3D3200ZM e la staffa opzionale per poter agganciare il treppiede.

L'oblò sferico che ospita lo Zoom AF-S Nikkor 12-24 mm 1:4G ED DX. Grazie a questo speciale oblò in plexiglass otteniamo riprese di buona qualità. Il paraluce garantisce, inoltre, una buona protezione contro riflessi e particolari giochi di luce che possono rovinare le nostre riprese subacquee.

L'oblò sferico presenta un comando di regolazione laterale attraverso il quale è possibile utilizzare la ghiera Zoom passando agevolmente, anche in immersione, dai 12 ai 24 mm di focale. Ideale quando si desidera modificare l'inquadratura e sfruttare al massimo la capacità di messa a fuoco ravvicinata dello Zoom 12/24 mm, così da dedicarsi a riprese ravvicinate.

LE IMPOSTAZIONI PER LE NOSTRE RIPRESE VIDEO CON NIKON D3200:

Nikon D3200 impostata in modalità "Manuale".

- Standard video: PAL, così da lavorare nello standard video utilizzato in Italia.
- Risoluzione video: 1080 25p. Full HD con dimensioni di 1920x1080 pixel.
- Frame rate: 25p, il *frame rate* corretto per lo standard PAL, questo ci permetterà di ottenere un video fluido.
- Picture control: Neutral. Grazie ai Picture control di Nikon possiamo gestire parametri come la nitidezza, il contrasto, la luminosità, la saturazione e la tinta. Per i nostri clip abbiamo scelto di lavorare con l'opzione "Neutral" così da renderci conto dei risultati video senza effettuare correzioni on camera. Eventuali aggiustamenti verranno fatti in post produzione, qualora risultassero necessari.
- Impostazioni di controllo filmato manuali. Una funzione fondamentale per avere, durante le riprese, tempo di posa e ISO modificabili.
- Velocità dell'otturatore: 1/50, l'ideale per ottenere riprese fluide in standard PAL. Diversamente dalla fotografia subacquea, il tempo di posa rimarrà quasi sempre invariato.
- Sensibilità ISO: ISO 200. Durante il filmato siamo saliti fino a ISO 400, a seconda delle necessità è stato possibile salire ulteriormente.
- Esposizione: diaframma da F8 a F16 a seconda della necessità e del tipo di ripresa. L'esposizione è sempre stata ottenuta partendo dal diaframma di lavoro e gestendo in maniera opportuna la sensibilità ISO.
- Misurazione esposimetrica Matrix, unica e automatica in modalità video con D3200.
- Bilanciamento del bianco automatico. Scelta determinata dal fatto che abbiamo voluto saggiare le capacità di Nikon D3200 a livello di bilanciamento del bianco in completo automatismo in immersione. Una situazione estrema nella quale la capacità di bilanciamento del bianco viene spesso messa a dura prova, e dove Nikon D3200 ci ha veramente impressionati. Volendo, tuttavia, ottenere il massimo a livello di precisione e accuratezza nelle riprese, occorrerà effettuare sempre la premisurazione manuale del bianco, questo a seconda della diversa luce ambiente presente sulla scena e in base alle diverse profondità operative. L'acqua assorbe in maniera selettiva la luce solare e, scendendo in profondità, le condizioni di ripresa cambiano notevolmente, obbligandoci a effettuare nuovamente tale operazione, possibile grazie ai comandi posti sul dorso della custodia subacquea.
- Microfono incorporato con sensibilità automatica. Durante le prove ci siamo resi conto che il microfono incorporato con Nikon D3200 è sempre stato in grado di lavorare correttamente anche in immersione e all'interno della custodia.
  La funzione di sensibilità automatica ha gestito correttamente l'audio, potendo così registrare i rumori delle bolle emesse dagli autorespiratori e dal trascinatore subacqueo Bladefish 5000.
- Messa a fuoco automatica. Quando possibile è preferibile sfruttare la modalità manuale, così da mettere a fuoco (battere il fuoco) con precisione e accuratezza, evi-

ALCUNI CONSIGLI PER INIZIARE

Se programmate di effettuare più di un'immersione subacquea e di utilizzare frequentemente le funzioni video di Nikon D3200, procuratevi almeno una batteria di scorta. L'utilizzo della funzione "Live view" aumenta i consumi della batteria e converrà sostituirla a ogni immersione.

- Utilizzare una memory card di buona qualità, veloce e adatta alla registrazione video. Nel nostro caso abbiamo utilizzato una SD card Lexard Professional da 16 GB con velocità di 133x in classe 10.
- Nel caso di immersioni in ambienti con poca luce naturale (ad esempio: in profondità o in ore della giornata poco illuminate), sfruttate appositi illuminatori video subacquei da gestire tramite dei braccetti telescopici.
- Per ottenere clip video di qualità, sfruttate la premisurazione manuale del bianco, così da ottenere in base a profondità e luce ambiente i migliori risultati.
- Per riprese più stabili utilizzate, quando possibile un treppiede portatile da collegare alla speciale staffa prodotta da NiMAR. Nelle riprese grandangolari e in acqua libera cercate di ottenere il massimo assetto così da effettuare riprese ferme e panoramiche precise. In ogni situazione prestate molta attenzione alla vostra sicurezza e a quella dell'ambiente marino.
- Il pulsante di registrazione è posizionato nella parte superiore della custodia. Durante le fasi di attivazione e arresto registrazione ci saranno degli inevitabili movimenti. Effettuate tali operazioni tenendo sempre in considerazione di dover eliminare alcuni secondi di girato in fase di montaggio.
- Sfruttate il "setup" indicato avendo sempre l'accortezza di lavorare, a livello esposizione, utilizzando la sensibilità ISO. Nella maggior parte dei casi non sarà necessario modificare la velocità dell'otturatore, mentre gestirete il diaframma a seconda delle necessità di lavoro.
- Nel caso sia possibile, prediligere la messa a fuoco manuale e "battere il fuoco" con accuratezza a ogni nuova registrazione. Sfruttare lenti grandangolari con corta focale ed elevata profondità di campo quando si vogliono utilizzare inquadrature in "campo largo".

tando spiacevoli effetti di fuori fuoco causati, in modalità automatica, dal passaggio di particelle più o meno evidenti in sospensione nell'acqua. Nel nostro caso non era disponibile, sull'oblò sferico, un'apposita ghiera focheggiatrice. Abbiamo così optato per il sistema autofocus in automatico, ben sapendo che avremmo avuto pochi problemi grazie alla corta focale dell'ottica e alla sua elevata profondità di campo.

A sinistra - Il menu di Nikon D3200 attraverso il quale accedere alle varie opzioni di registrazione video.
Al centro - La schermata del menu di Nikon D3200 grazie alla quale possiamo selezionare il formato video più adatto alle nostre riprese.
A destra - La schermata del menu di Nikon D3200 dove attivare le impostazioni manuali per le videoriprese.

I RISULTATI? Impressionanti: con un semplice "setup" come quello appena descritto siamo stati in grado di ottenere riprese di ottima qualità.
La caratteristica che ci ha maggiormente impressionato è stata la capacità di registrare, con sufficiente illuminazione ambiente e senza particolari accorgimenti, clip video con cromie e dominanti molto realistiche, così da ottenere un risultato pienamente in linea con quanto volevamo fare: documentare un'immersione subacquea su di un relitto a poca profondità, sfruttando esclusivamente la luce ambiente.

A. Per riprendere con Nikon D3200 durante un'intera giornata di immersioni converrà dotarsi di almeno una batteria En-el14 di scorta. Utilizzando intensamente la modalità video con il Live view si consiglia di sostituire la batteria a ogni immersione (ipotizzando immersioni subacquee di circa un'ora di durata).
B. Fondamentale l'utilizzo di una memory card di ottima qualità, adatta per registrare filmati video. La SD card Lexar Professional 16 GB 133x Classe 10 si è rivelata molto affidabile e veloce. **C**. Il treppiede in materiale plastico utilizzato per le riprese video. Un accessorio molto utile e praticamente indistruttibile, anche in immersione.

L'acquisto del flash esterno

ADOLFO MACIOCCO

Il flash esterno è uno strumento fondamentale nella fotografia subacquea e dovrebbe essere il terzo acquisto dopo la fotocamera e lo scafandro.

Possiamo avere buoni risultati con il flash interno della fotocamera quando siamo vicini a un soggetto di piccole dimensioni, come un nudibranco o un piccolo pesce, ma se vogliamo fotografare qualcosa di più grosso abbiamo bisogno di più luce.

CONSIDERAZIONI PRE-ACQUISTO

Sul mercato esistono diversi modelli con prezzi che variano dai 120 fino e oltre i 2000 euro.
Oltre al flash dovremo mettere in conto anche un braccetto snodabile (per collegare il flash alla custodia: dai 50 ai 250 euro) e una fibra ottica o un cavo syncro (per collegare il flash interno della fotocamera a quello esterno. Prezzi dai 40 ai 100 euro).

Le nuove tecnologie hanno reso i flash esterni sempre più piccoli e prestanti e mentre le fotocamere vengono rimpiazzate ogni 6 mesi da un nuovo modello le opzioni di acquisto dei flash cambiano con molta meno frequenza.
È quindi consigliabile investire da subito su un buon modello, che potremo usare anche con una futura fotocamera.

Il flash interno della fotocamera dà buoni risultati con un soggetto di piccole dimensioni, ma riesce a illuminare solo la parte superiore di questo grosso anemone.

CARATTERISTICHE DA CONSIDERARE

POTENZA: Espressa dal numero guida.
Più il numero è alto più il flash sarà potente.

ANGOLO DI CAMPO: Per le foto grandangolari è necessario un flash con un angolo superiore ai 90°. Usando una lente aggiuntiva "spinta"come il fisheye avremo invece bisogno di un secondo flash per illuminare l'immagine in modo uniforme.

TEMPO DI RICARICA: Il tempo impiegato dal flash per ricaricarsi tra uno scatto e l'altro alla massima potenza. I più veloci sono ovviamente i più costosi.

DIMENSIONI: Anche considerando le rigide norme applicate dalle compagnie aeree sui bagagli è opportuno considerare un flash potente ma di piccole dimensioni.

LUCE GUIDA: È una piccola torcia all'interno del flash che può essere usata per "aiutare" la messa a fuoco in condizioni di poca luce.
Può essere molto utile in notturna come torcia d'emergenza.

L'angolazione del flash troppo vicino
alla lente illumina la sospensione
creando il backscatter

flash posizione 1

flash posizione 2

L'ANGOLO GIUSTO

Per ottenere buoni risultati avremo bisogno di un po' di pratica e sicuramente i primi scatti non saranno subito perfetti.

La possibilità di angolare il flash esterno ci consente di illuminare il soggetto in modi differenti e di sperimentare con i diversi effetti.

Per ridurre al minimo il Backscatter (l'effetto neve causato dalle particelle in sospensione illuminate dal flash) evitiamo di tenere il flash troppo vicino alla lente.

Con i giusti accorgimenti l'uso del flash esterno porterà una boccata d'aria fresca alle nostre foto.

Allontanandoci dal soggetto
per illuminare meglio la scena con il flash alto.
(posizione 1)

flash posizione 3

flash posizione 4

PER RICHIESTE E INFORMAZIONI
SCRIVI A
INFO@ADOLFOMACIOCCO.COM

Una murena fotografata con il flash posizionato sul lato sinistro. (posizione 3)

I polipi di un corallo con il flash posizionato verso la fotocamera. (Posizione 4)

Sub PHOTOSTORY

DI ALBERTO ARRIGONI

La fotografia è stata scattata nell'agosto del 2011 a Dumaguete, nell'isola di Negros (Filippine), e rappresenta l'*opistognathidae* che viene comunemente chiamato "jawfish".
Questo pesce ha alcune caratteristiche peculiari della specie: testa, occhi e bocca grandi rispetto al corpo, vive in cunicoli che si costruisce nel substrato sabbioso, è fortemente territoriale e, soprattutto, conserva le uova nella propria bocca sino alla schiusa.
In questo caso particolare il jawfish, forse infastidito dalla mia presenza e non intento a incubare le proprie uova, non è rimasto rintanato nel proprio buco, dal quale vediamo spesso spuntare solo la testa, ma è stranamente uscito ed è venuto a curiosare vicinissimo all'oblò della mia custodia, permettendomi di effettuare alcuni scatti.
Ho scelto questa immagine in particolare perché, a mio avviso, l'espressione, se così possiamo chiamarla, del muso a mio avviso ha reso questo ritratto "simpatico" e un po' diverso dal solito.
In merito all'attrezzatura fotografica, attualmente utilizzo una Nikon D7000 scafandrata Nauticam, con il supporto di due flash Inon z 240 type IV; per questo scatto ho usato un obiettivo Nikon 60 mm micro.

Isole *del Pacifico*

Polinesia e Micronesia

Wonderful **Diving**

Fiji e Nuova Caledonia

Magic *Holidays*

Papua Nuova Guinea e Australia

H2O viaggi

emozioni in movimento

H2O Viaggi Emozioni in Movimento - Via Giuseppe Valmarana, 125 - 00139 Roma - ITALY
Tel: +39 06 87451911 - Fax: +39 06 87451914 - e-mail: info@h2oviaggi.it - www.h2oviaggi.it

SCUBA SHOW

ROMA 2013

19 . 20 . 21 APRILE

Piscine del Foro Italico

OLTRE 4000 MQ PER L'EVENTO PIÙ BLU DELL'ANNO

PROVE IN ACQUA PER TUTTI
CON IL MEGLIO DELLA SUBACQUEA MONDIALE

CORSI SUBACQUEI PER PRINCIPIANTI
CONCORSO FOTOGRAFICO A PREMI
GARE DI SCOOTERS SUBACQUEI
PERCORSI FOTOGRAFICI SOTTOMARINI

AREA SCUBABIMBI

scubashow.it scuba show

La video ripresa subacquea

istruzioni per l'uso

PARTE VIII

LUCA COLTRI

Benvenuti all'ottavo appuntamento con la nostra rubrica dedicata alla video ripresa subacquea, la volta scorsa abbiamo parlato delle tecniche per realizzare un buon video subacqueo, in questo capitolo vi racconterò il dietro le quinte di uno spot pubblicitario che ho realizzato per la ***Scubapro*** insieme al mio collega Alessandro Beltrame.
Si tratta dello spot per il lancio dell'orologio e computer subacqueo *Meridian*.

Una puntata un po' insolita rispetto alle altre, ma mentre voi vi allenate a mettere in pratica i consigli che vi ho dato, io vi racconto un po' di backstage.
Il dietro le quinte vi può aiutare a capire determinate dinamiche nella produzione video, userò alcuni termini in inglese semplicemente perché sono ormai diventati di uso comune nel mondo professionale e non si può non conoscerli.

Fra tutte le produzioni video che ho affrontato in questi ultimi 10 anni, lo spot pubblicitario lo considero una cosa a parte, in un certo senso è una vera e propria forma d'arte dove è possibile dare sfogo alla propria creatività!

L'IMPORTANZA DEL KNOW HOW

Doversi confrontare con una multinazionale come ***Scubapro*** richiede: sicurezza, internazionalità nelle idee e qualità produttiva.
Diventa fondamentale il bagaglio di esperienza che ci portiamo dietro e che ci permette di differenziarci nei momenti che contano.
Una sfida che abbiamo affrontato con entusiasmo e che ha dato i suoi frutti, comunque sarete voi a giudicare alla fine di questo capitolo.

PIANIFICARE UN PROGETTO, CONCEPT

Per prima cosa si passa al *briefing* con l'azienda, qui bisogna essere molto preparati perché è proprio in questa importantissima riunione che si deve tirare fuori il **concept**, le linee guida che ci permetteranno di realizzare il nostro video; uscire dalle linee guida a volte vuol dire compromettere l'esito di un progetto.

In questo caso dovevamo parlare di un orologio tecnologicamente avanzato che può fare tante cose molto diverse tra loro, in primis è un computer subacqueo e per l'apnea, ma non ci si voleva fermare solo a questo. Lo scopo era quello di farlo diventare un oggetto cool da usare tutti i giorni.

Una bella scommessa: l'orologio subacqueo usato da tutti! L'ambiente era il nostro, abbiamo cominciato da subito a confrontarci su alcune idee che mano a mano prendevano forma nella nostra testa.

Ed ecco, alla fine della riunione, l'idea definitiva. Il soggetto era l'orologio e lo spot ruotava intorno all'idea che in ogni momento della propria vita c'era il tempo per fare una determinata cosa, noi lo abbiamo chiamato: ***time for***.

SCHERMATA INIZIALE
VIDEO MERIDIAN

Era stabilito,
tutto ruoterà intorno alla
frase **time for** il passo due
sarebbe stato la scelta di
quali momenti avremmo
dovuto raccontare
nel nostro spot,
alla fine di comune accordo
abbiamo scelto i seguenti:

TIME
FOR
WORK
avrebbe dovuto
ritrarre persone
al lavoro

TIME
FOR
TRAVEL
avrebbe dovuto
ritrarre persone
in viaggio
per il mondo

TIME
FOR
LEISURE
avrebbe dovuto
ritrarre persone
al lavoro

SELEZIONARE LOCATION E COMPARSE

Adesso arriva il bello, per ogni singola situazione dovete cercare la location più adatta e le comparse giuste.
In questo spot abbiamo dato sfogo a tutta la nostra creatività, e abbiamo pianificato riprese in diverse parti del pianeta, distanti tra loro migliaia di chilometri.

Le *location* utilizzate sono state:
Savona,
Andora (IM),
Raja Ampat (Indonesia),
Ahe Island (West Papua),
Maldive,
Dubai,
Menton (FR),
Montecarlo,
Nizza (FR),
Miami (US).

Momento durante le riprese dello spot Meridian a Raja Ampat (Indonesia)

Per le comparse invece la cosa è un po' più complicata, lì dovete essere bravi a capire se la persona che avete scelto è in grado di poter fare quello che gli avete chiesto; devono essere il più naturali possibile, diciamo che la parte più critica è la parte subacquea, ricordatevi che fare i modelli sott'acqua è un vero e proprio lavoro, richiede impegno, intesa e capacità personali.
Per questo motivo io lavoro quasi sempre con gente che conosco bene e che ho potuto formare negli anni, questa cosa fa la differenza a volte.

TIME FOR DIVING
avrebbe dovuto ritrarre persone che fanno immersioni nei posti più cool del pianeta dato che l'orologio è anche un computer subacqueo

TIME FOR SILENCE
doveva ritrarre persone che fanno apnea, dato che è concepito per praticare questo sport

TIME FOR ADVENTURE
doveva ritrarre persone che facevano qualcosa di avventuroso, noi per rimanere in tema subacqueo abbiamo inserito il tek diving.

TIME FOR LIFE
beh, questo direi che non ha bisogno di commenti, il tempo per la vita

Per ogni voce abbiamo stabilito gli argomenti da trattare, la fattibilità in base alle nostre capacità, logistiche, location, e in base al budget a disposizione.

La cosa importante durante la pianificazione di uno spot è quella di rimanere con i piedi per terra, bisogna essere concreti e conoscere le dinamiche delle quali si sta parlando, la scelta di una location sbagliata potrebbe mandare all'aria progetto e budget: sarebbe un disastro!

INIZIARE LO SHOOTING

Una volta composto il puzzle bisogna iniziare le riprese, lo ***shooting*** come viene chiamato in gergo.
Per prima cosa dovete entrare nell'ordine di idee che non serve girare tantissimo; quando si fa tanto girato le cose sono due: o sto facendo dell'archivio generico oppure non so cosa devo fare, direi che la seconda opzione è quella che mi preoccupa di più!

Se pianificate bene le cose (attenzione perché è la cosa che porta via più tempo, ma va fatta con cura, alcuni usano lo *storyboard*) le riprese saranno ottimizzate, e in fase di montaggio diventerà più facile montare la vostra storia.

Non c'è niente di peggio che cercare di montare un video con immagini fatte da una persona che non sapeva cosa riprendere.

ATTREZZATURE E FOTOGRAFIA

La scelta delle macchine da ripresa cade su *Canon 5D Mark II* con le seguenti ottiche: EF 16/35 L f2.8 - EF 24/105 L f4 – EF 70/200 L f2.8 – EF 100 macro f2.8.
Abbiamo optato per DSLR perché ci permette di riprendere a 1080 25p con una qualità video eccezionale, e ci permette di usare ottiche cinematografiche con risultati unici.
Per la parte subacquea abbiamo usato sempre *Canon* con custodie e luci *Easydive*.

Nella fase di ripresa, una volta capito che la pianificazione è alla base, non ci resta che curare la fotografia.
Oltre al classico cavalletto ci sono tutta una serie di attrezzi che possiamo usare per poter rendere le nostre immagini più spettacolari.

IL MONTAGGIO EDITING

Per il montaggio abbiamo utilizzato ***Final Cut Pro X*** (FCPX). La parte più delicata è la scelta delle musiche, fanno il 70% del montaggio, a volte ci vogliono giorni per trovare quelle giuste, quindi non demoralizzatevi.

Lo spot finale è finalmente pronto. Cinque mesi di lavorazione, migliaia di km percorsi, decine di immersioni effettuate, centinaia di kg di attrezzature trasportate, temperature da 0° a +40° hanno portato al ***Video Meridian***. Buona Visione!

Spot realizzato da Luca Coltri e Alessandro Beltrame

Colgo l'occasione per dire un grazie a tutti coloro che hanno partecipato in maniera attiva al progetto e hanno reso possibile la sua realizzazione.

Bene, anche per questa volta abbiamo finito, spero che l'abbiate trovata utile, adesso sapete come si affronta una produzione professionale.
Se avete dubbi o incertezze non esitate a contattarmi, quando posso rispondo alle mail, quindi abbiate pazienza.

Arrivederci
alla prossima puntata
sulla video ripresa.

In queste foto potete vedere il set durante le riprese di *time for adventure* e *time for silence*. Abbiamo usato un crane (braccio) di 3,50 metri con testa remotata, questo ci ha permesso di realizzare delle riprese molto particolari che altrimenti non sarebbe stato possibile fare.
Guardando il video, se fate attenzione, capirete quali sono le scene dove lo abbiamo usato.

Una piccola osservazione per noi sub, lo sapete che sott'acqua non abbiamo bisogno del crane? Con gav e pinne possiamo realizzare lo stesso tipo di immagini, rifletteteci, il potenziale sott'acqua è enorme!

PER INFO *su Video Produzioni,*
service TV reportage, pubblicità, video aziendali...
Corsi di video ripresa subacquea
Corsi HDSLR subacquea

LUCA COLTRI cell. +39 3471012896

WWW.PIANETABLUVIDEO.COM

PIANETA BLU
Diving Center
PIANETA blu
Diving Center
tra Riviera dei Fiori e Costa Azzurra
Ventimiglia - Mentone (FR)
Immersioni
Tek Diving
Nitrox
Corsi Sub
Corsi Istruttori
Tek Instructor
Snorkeling
Full-Day
Work Shop
Foto e Video
PADI
5 STAR
INSTRUCTOR
DEVELOPMENT
DIVE RESORT
1 IM 2506 D
PADI
TecRec
Enriched Air
NITROX
SCUOLE
E
GRUPPI
www.pianetablu.com cell. 3358155703 - 3471012896

IVAN LUCHERINI

L'interfaccia MARE-TERRA

L'archeologia subacquea non consiste nel semplice ricercare oggetti sommersi, indagare antiche strutture o individuare relitti affondati. Poiché il fine di questa scienza-disciplina è la ricostruzione storica degli eventi nel passato, diventa importante conoscere le dinamiche che hanno guidato le azioni degli uomini che quel passato l'hanno vissuto. È logico comprendere che tali azioni sono state dettate da esigenze di sfruttamento delle risorse disponibili. Una di queste risorse per la navigazione è costituita dal conoscere le baie, anse, ridossi dove fosse possibile, in passato, l'approdo e l'atterraggio per ripararsi dalla violenza del mare agitato, e rifornire l'imbarcazione di acqua dolce, cibo, di effettuare eventuali riparazioni e conseguentemente far riposare l'equipaggio.

Spesso siamo tenuti a credere che i porti in antichità fossero strutturati come siamo abituati a vederli oggi, con moli di cemento, frangiflutti e pontili. In realtà non è così, o quasi mai così. Solo i romani si cimentarono, con la loro proverbiale capacità ingegneristica, a progettare e costruire porti simili ai nostri. Le fonti scritte che ci riportano le notizie disponibili al riguardo usano il termine "porto" anche quando si trattava di semplici approdi. Gli stessi poemi omerici come l'*Iliade* e l'*Odissea* ci raccontano di come i marinai dell'epoca fossero avvezzi a tirare in secco le "nere navi" quando, giunti nel luogo dove passare la notte, sbarcavano per avere un maggior comfort e poter accendere fuochi per scaldarsi, per cuocere il cibo e riparare l'imbarcazione da eventuali danni subiti.

Se osserviamo una moderna carta nautica, spesso troveremo baie ridossate alle traversie che riportano nomi (il termine esatto è toponimi) che utilizzano il sostantivo "porto" anche se strutture portuali vere e proprie, così come siamo abituati a concepirle, non ne esistono, né mai sono esistite in quei luoghi. In realtà i toponimi celano spesso delle chiare ed evidenti informazioni sull'utilizzo affine all'approdo delle imbarcazioni per trovare rifugio in quelle baie o ridossi. Indagare questi luoghi è lavoro dell'archeolo-

go subacqueo che può reperire, attraverso questa ricerca, informazioni importanti sulle relative rotte di avvicinamento, sulle merci oggetto di scambio, sulle strutture a terra e in acqua, funzionali alla navigazione.
Il primo problema è comprendere come si è evoluta la linea di costa. In un recente lavoro svolto in una nota località turistica della Sardegna (ancora in corso) ho potuto constatare come certe opere di consolidamento e modifica della linea di costa, eseguite alla fine dell'800, hanno creato i presupposti per un avanzamento costante della battigia che in certi periodi ha progredito anche di 3,4 metri in un solo anno, tanto da costituire ora, un vero problema.
La priorità quindi per poter eseguire una corretta ricerca è quella di ricostruire l'evoluzione della costa nel corso dei secoli. Innanzi tutto occorre precisare che dopo le grandi opere ingegneristiche romane dei primi secoli dell'impero in genere il territorio non ha subito sostanziali modifiche fino all'inizio dell'era industriale. I periodi della tarda antichità e del primo medioevo sono stati secoli in cui si è constatata una significativa riduzione della popolazione nei grandi centri abitati con la conseguenza di una drastica modifica delle logiche commerciali, insediative e di utilizzo delle risorse da parte della popolazione. Si è passati da un'economia di fiorente scambio (l'Africa Romana era leader nelle forniture di generi di prima necessità a Roma, e in genere in tutta la penisola) a un'economia chiusa in cui si produceva e consumava tutto nel luogo dove era insediata la comunità. Da questo dato quindi si può comprendere come le significative modifiche antropiche, ad opera dell'uomo dell'interfaccia mare-terra, siano avvenute nell'epoca recente, a partire dal XVII-XVIII secolo.
In questo quadro quindi ci può venire in aiuto una ricerca bibliografica alla scoperta di mappe, fogli catastali, documenti che descrivano con immagini o racconti dettagliati i luoghi oggetto della nostra indagine. Spesso gli archivi storici custodiscono le informazioni che ci servono per acquisire informazioni utili alla nostra ricerca.
Un altro fondamentale contributo ce lo forniscono i colleghi **geomorfologi** aiutandoci a capire come si sono mosse le masse di terreno, rocce, sabbie, sedimenti, nel corso dei secoli compresi nella nostra ricerca, e come questi hanno modificato il paesaggio; i **palinologi** che con lo studio dei pollini presenti nella stratigrafia possono rivelarci le essenze arboree presenti nell'epoca di riferimento aiutandoci a comprendere che tipi di alberi erano presenti nel luogo, che colture erano praticate o che alimenti vegetali erano disponibili; gli **archeozoologi** che con lo studio dei resti ossei degli animali possono darci indicazioni sull'allevamento e sull'alimentazione umana a base di carne, pesce, molluschi.
Con la lettura del paesaggio così ricostruito possiamo a questo punto immaginare come potessero svilupparsi lo sfruttamento delle risorse del territorio, partendo dall'individuazione dei "porti" intesi come luoghi ideali per l'atterraggio delle imbarcazioni, con lo sfruttamento delle fonti d'acqua dolce, delle piante che potevano fornire legno per le riparazioni o le costruzioni di moli di carico-scarico delle merci; delle cave da cui si ricavavano blocchi per la costruzione di magazzini e case; delle colture e dell'allevamento che si potevano praticare per l'alimentazione umana.
Vedendo il luogo che indaghiamo con gli occhi di chi ci ha preceduto millenni or sono, possiamo ipotizzare le logiche insediative funzionali alle migliori condizioni climatiche, alla difesa del territorio, allo sfruttamento delle risorse.
Potremo così individuare le micro-aree dove concentrare le ricerche, attraverso piccoli saggi di scavo, rilievi georadar, osservazioni dall'alto attraverso immagini prodotte da microelicotteri radiocomandati.
Queste indagini avranno lo scopo di confermare o smentire l'ipotesi ricostruttiva.
Un lavoro affascinante che tende a dare una nuova immagine all'archeologo: non più quella di cercatore di tesori, ma quella di scrittore della storia attraverso l'utilizzo della lettura del paesaggio grazie alle risorse tecnologiche messe a disposizione da altre scienze.

ANDREA NERI

CONFIGURAZIONE dello SCUBA

Causa la continua evoluzione delle tecniche e delle metodologie d'immersione, non esiste attualmente un argomento più dibattuto su come dovrebbe essere configurato uno **SCUBA**.

Il sistema che indica come assemblare uno SCUBA può essere suddiviso in due categorie delle quali in una è collocata la configurazione Tradizionale, nell'altra la configurazione Hogarthiana. Occorre precisare però che ambedue le configurazioni sono funzionali e corrette, tuttavia si ha la convinzione di non sbagliare affermando che tutto è ottimizzabile e che ogni soluzione, pur eccellente che sia, non può essere scevra da modifiche in quanto è lo stesso progresso tecnologico a imporle.

La **CONFIGURAZIONE TRADIZIONALE** prevede un *erogatore primario* e un *erogatore secondario*. Per primario si intende l'erogatore con il quale si inizia e si termina l'immersione, mentre per secondario s'intende l'erogatore dedicato a due scopi diversi, uno di essi è quello di dare aria a un altro sub che ne ha bisogno, l'altro di disporre di una fonte di aria alternativa qualora si dovesse manifestare un malfunzionamento all'erogatore primario. Ambedue gli erogatori debbono essere completi e separati per le motivazioni espresse nel numero precedente, per cui non ci attarderemo nel descrivere la "non simpatia" per la versione *octopus* che prevede ambedue gli erogatori (secondi stadi) dipendenti da un unico primo stadio. L'erogatore primario ha una frusta (tubo che unisce il primo al secondo stadio) lunga circa 70 cm, l'erogatore secondario ha invece una frusta lunga 100 cm. Il motivo di questa maggiore lunghezza è dovuto al fatto che nei casi in cui dovesse occorrere dare aria a un altro subacqueo, è necessario avere più spazio per gestire al meglio tutti i movimenti dovuti a due sub che interagiscono assieme. Al primo stadio dell'erogatore primario è connessa la frusta di bassa pressione che alimenta il jacket, mentre al primo stadio dell'erogatore secondario sono connesse le fruste di alta pressione del manometro subacqueo e, nel caso in cui sia utilizzata una muta stagna, la frusta di bassa pressione necessaria a pressurizzarla.

Una delle configurazioni che incontra i maggiori consensi è quella di origine Hogartiana.

Ancora una volta è opportuno evidenziare il concreto vantaggio nel disporre di due erogatori separati e non di un *octopus*; infatti nella versione *octopus* tutte le fruste, nessuna esclusa, sono connesse all'unico primo stadio dipendendone completamente (alimentazione dell'erogatore primario, alimentazione dell'erogatore secondario, alimentazione del jacket, alimentazione della muta stagna, controllo della scorta di aria). Con la *configurazione Tradizionale* nei casi in cui un sub è in difetto di aria, è donato il secondo erogatore del subacqueo che lo assiste. Tuttavia può accadere che il sub in difetto di aria debba entrare in contatto il più presto possibile con il secondo erogatore di un altro sub, è quindi importante che la fonte di aria alternativa (il secondo erogatore dell'assistente) sia di facile individuazione e immediato impiego.

La configurazione corretta è una configurazione "pulita" nella quale le fruste sono compattate in modo da essere funzionali senza offrire impigli.

Il protocollo più comunemente usato prevede pertanto che il secondo erogatore abbia la frusta e sopratutto la cassa del secondo stadio di colore diverso (solitamente giallo) in modo da essere subito individuato, reperibile entro un immaginario "triangolo" i cui lati sono costituiti dalla punta del mento e i due lati in basso e contrapposti dei polmoni. In questa configurazione è fondamentale che il secondo stadio sia fissato non saldamente al jacket in modo che colui che ne dovesse avere necessità lo possa utilizzare senza nessuno ostacolo.

La postura idrodinamica permette di ridurre i consumi e pinneggiare in prosismità del fondo senza sollevare sedimenti.

La **CONFIGURAZIONE HOGARTHIANA** è molto diversa. Recentemente assorbita e standardizzata da diverse agenzie di formazione subacquea, essa prevede l'erogatore primario provvisto di una frusta molto lunga (da 170 fino a 210 cm dipendentemente dalla morfologia dell'utente) in quanto, diversamente dalla configurazione tradizionale, è questo l'erogatore che è donato nel caso di condivisione della propria scorta di aria con un altro sub. Al primo stadio del primario è anche connessa la frusta di alimentazione del jacket, o equilibratore idrostatico. L'erogatore secondario o di riserva ha la frusta più corta, circa 60 cm e tramite un cordino elastico è fissato al collo in una posizione di assoluta facilità d'impiego in qualsiasi circostanza e soprattutto sempre a portata di bocca. Al primo stadio del secondario è connessa la frusta del manometro subacqueo e, eventualmente, quella per l'alimentazione della muta stagna. Sulle applicazioni pratiche della condivisione dell'aria con la configurazione Hogarthiana ci soffermeremo durante i prossimi articoli. Tra le caratteristiche della configurazione Hogarthiana spicca senza dubbio la notevole compostezza/pulizia ed eleganza dell'orientamento delle fruste che non sporgono in alcun modo dalla sagoma del sub, offrendo quindi minori possibilità di impigli e un ineguagliabile stile idrodinamico.

LA RESPIRAZIONE SUBACQUEA

Sono state scritte molte pagine su come si dovrebbe respirare nel modo migliore quando si è in immersione. La definizione che ci è parsa tra le più meritevoli di attenzione è quella che afferma di "respirare in modo normale". Tuttavia possono verificarsi situazioni nelle quali respirare in modo normale può essere non soltanto difficile ma persino svantaggioso.
Come noto durante la respirazione all'interno dei polmoni avvengono degli scambi gassosi tra la grande rete dei capillari (piccolissime vene e arterie) e la cavità aerea degli stessi polmoni. Scambi consistono essenzialmente nel cedere anidride carbonica da un lato e assorbire ossigeno dall'altro. Una respirazione normale e rilassata permette l'espulsione della tossica anidride carbonica in modo che essa non permanga nella cavità polmonare e nel torrente circolatorio, diversamente si avrebbe un aumento della quantità di anidride carbonica con gli effetti che ne conseguono: affanno, cefalee, nausee, lipotimie. La respirazione rilassata genera quello che nel gergo subacqueo è definito "lavaggio dei polmoni" che può essere esemplificato nel sostituire l'aria viziata dell'interno di una stanza (polmoni) con aria fresca e pulita attraverso un'ampia finestra (bocca). Continuando a fare esempi si può sostenere che la respirazione può essere equiparata a un pilota di *Formula 1* al quale non è sufficiente disporre della vettura più competitiva per ottenere risultati vincenti, (migliore attrezzatura subacquea nel caso di un sub) e occorre la sappia usare con competente familiarità.
Nel caso dei subacquei non è possibile ottenere "risultati vincenti" senza disporre di una respirazione rilassata, tuttavia non sempre è possibile respirare in modo normale e rilassato, gli sforzi fisici o le intense emozioni alterano il normale ritmo respiratorio fino a farlo diventare rapido e intenso: è l'inizio dell'affanno, e deve essere evitato.

La respirazione subacquea corretta deve essere rilassata e moderatamente profonda.

L'AFFANNO

Una delle principali regole per immergersi in sicurezza impone l'abbattimento preventivo degli sforzi per cui durante qualsiasi immersione è vietato affaticarsi. Dipendentemente dal proprio stato di forma fisica l'impegno muscolare può produrre un'abnorme quantità di anidride carbonica (CO_2) a volte difficile da eliminare con la sola respirazione. Se il livello di CO_2 aumenta considerevolmente il sub può andare incontro a severi fenomeni di intossicazione.
L'affaticamento in immersione deriva essenzialmente da quanta e in quale modo il subacqueo impiega energia durante il pinneggiamento, (soprattutto da come pinneggia) quindi dall'idrodinamicità (posizione assunta durante il nuoto), dalle situazioni ambientali contingenti quali ad esempio la presenza di corrente contraria e dall'equilibrio idrostatico regolati dalla

quantità di zavorra che non deve mai essere troppo abbondante. Il risultato quasi immediato dell'affaticamento è una respirazione rapida e superficiale durante la quale si ha la sensazione che l'aria non basti più, con la conseguenza di un aumento del ritmo respiratorio dai dubbi benefici. Coloro che fanno attività sportiva sanno bene che quando è incipiente l'affanno l'unico modo per abbatterlo è "lavare i polmoni" rimuovendo l'aria ricca di CO_2 dal loro interno; per fare questo occorre semplicemente interrompere subito l'attività fisica ed eseguire alcune profonde, molto profonde, espirazioni. In immersione valgono gli stessi accorgimenti anche se la prevenzione è da sempre il migliore rimedio, per cui un sub affaticato o in stato di affanno deve fermarsi, appoggiarsi a qualcosa di stabile (una roccia, una cima, il compagno stesso, il fondo) reclinare la testa con la bocca verso il basso (l'erogatore eroga aria in modo leggermente migliore) ed eseguire profonde espirazioni. Normalmente sono sufficienti 5/6 ampie espirazioni per ridurre il livello di CO_2 nel proprio sangue, abbattere l'affanno e ripristinare una situazione normale.

È probabile che qualche lettore si stia chiedendo per quale motivo si insiste molto sull'espirazione, e non sulla inspirazione, il motivo è che curando l'espirazione (buttando fuori dai polmoni molta aria nello stesso modo in cui si svolgono alcuni esami spirometrici) si è costretti automaticamente a eseguire subito dopo un'altrettanto profonda inspirazione, mentre agendo all'opposto (prima la profonda inspirazione) non è automatico compiere una profonda espirazione, e quindi non espellere in modo ottimale l'aria viziata dall'interno dei polmoni.

Effetti dell'Affanno

Incorrere nell'affanno mentre si è sulla superficie terrestre non è particolarmente grave, è sufficiente fermarsi, respirare quanto e come appare più opportuno, e in un lasso di tempo ragionevolmente breve, l'affanno sparisce. Sott'acqua è diverso, l'affanno se non risolto porta alla sgradevole sensazione che l'aria respirata non sia sufficiente, e si guarda al veloce raggiungimento della superficie come unica forma di soluzione al problema. Come vedremo nei prossimi articoli, al sub non è concesso risalire velocemente, deve bensì rispettare una precisa velocità di risalita non superiore ai 10 metri al minuto, velocità che equivale a 1 metro ogni 6 secondi. Nei casi di affanno diventa impegnativo, se non difficile, imporsi il rispetto di questa importante regola perché l'ansia che ne deriva condiziona lo stato psicologico inducendo all'errore, e a conseguenze di varia entità, da lievi a importanti.

Per risolvere uno stato di affanno è suggerito interrompere ogni attività fisica, posizionarsi su di un supporto stabile (fondo, cima, il compagno) e con la testa verso il basso, ventilare profondamente con particolare attenzione alla massima espirazione.

LA ZAVORRA

La muta subacquea, i guanti, il cappuccio e i calzari sono indumenti principalmente costruiti impiegando il neoprene, un materiale che aumenta a dismisura il galleggiamento tanto da richiedere una zavorra per potersi immergere, diversamente è impossibile scendere sott'acqua. La zavorra ha quindi il compito di annullare la galleggiabilità, ed è costituita da una quantità di vari pezzi di piombo che variano di forma e di peso. La zavorra è fissata a una cintura oppure può trovare alloggio in speciali tasche inserite nel jacket.

Ai fini della sicurezza, entrambi i sistemi di zavorra (cintura o tasche nel jacket) debbono disporre di un meccanismo di sgancio rapido dei piombi in modo che il sub possa abbandonare tutti i pesi in qualsiasi momento così da ottenere un galleggiamento immediato. La necessità di raggiungere un galleggiamento immediato sarà discussa più avanti, in questo momento è importante, molto importante, capire come calcolare la giusta quantità di zavorra. Il sistema più diffuso per avere un orientamento su quanti kg di piombo occorre mettere nella propria cintura è calcolare il 10% del proprio peso, ma questo sistema è condizionato da molti fattori, ad esempio da quanto è massiccia la muta, se il sub opera in acqua dolce o salata, dalla stessa morfologia dell'appassionato.

In ogni caso occorre iniziare in qualche modo e la "regola del 10%" funziona benissimo, naturalmente con la supervisione del proprio istruttore. Molti sub principianti sono convinti di avere bisogno di molta zavorra, tuttavia presto cambiano opinione, vediamone i motivi. All'inizio il sub non ha familiarità con l'ambiente sommerso e non ha ancora bene assimilate le interazioni tra pressione/volume/densità per cui ha realmente bisogno di molta zavorra. Il principiante ha bisogno di sentirsi ben stabile, magari in ginocchio sul fondo senza "combattere" con quelle fastidiose oscillazioni causate dal normale moto ondoso. Con il trascorrere delle ore in addestramento subacqueo e il raggiungimento di quella cosa chiamata acquaticità, il principiante inizia a togliere pesi fino a raggiungere l'esatta zavorratura, ma come si fa a sapere quando è davvero esatta? Per saperlo c'è un solo sistema, scendere sott'acqua.

Un metodo efficace per valutare la propria zavorratura consiste nel trattenere un normale respiro e con il jacket (e la stagna) completamente scarico, galleggiare con l'acqua al livello degli occhi.

Considerando che l'aria compressa nella bombola ha pure essa un peso (più di un kg ogni mille litri di aria), quando un sub inizia l'immersione è come se avesse alcuni piombi in più addosso. Respirando dall'erogatore l'aria è espulsa nell'acqua e piano piano il sub si alleggerisce, questo fattore deve essere valutato ai fini del calcolo della zavorra. Ecco quindi che per conoscere l'esatta zavorratura occorre che la bombola sia quasi scarica (non più di 30/40 bar in manometro) e che il sub sia in equilibrio neutro a circa 3 metri di profondità con il jacket completamente vuoto. Questo sistema richiede di avere la bombola quasi scarica o di eseguirlo a termine immersione, ma all'inizio, prima di scendere, qual è il sistema da usare?

In questo caso il sistema più efficace vede il sub entrare in acqua con l'erogatore in bocca, scaricare il jacket dall'aria, e assolutamente immobile trattenere un normale respiro, se la quantità dei pesi è corretta il sub galleggerà con l'acqua a livello degli occhi.

Francesca Zambonin

Foto DAN Europe

POLIZZA ASSICURATIVA SUBACQUEA

Conoscerla per utilizzarla al meglio

Sono sicuramente tantissimi i subacquei che sono coperti da una polizza assicurativa contro i rischi che questa passione può comportare, ma quanti di loro hanno letto le condizioni assicurative della propria polizza?

Abbiamo analizzato i termini contrattuali della copertura assicurativa subacquea più famosa al mondo (DAN) per una breve trattazione relativa a quando e come opera la copertura assicurativa, nonché le clausole a cui è necessario prestare più attenzione.

Naturalmente, vi sono vari piani assicurativi che permettono di scegliere la copertura più adatta al tipo di attività che viene svolta e a ogni esigenza (per subacquei ricreativi, professionisti, club o famiglie), e ognuna di esse ha varie fasce di adesione (bronze, silver e gold), caratterizzate principalmente da differenti massimali di indennizzo.

Innanzi tutto, si rileva che la polizza assicurativa subacquea è prestata per il subacqueo con o senza autorespiratore, sportivo o professionista (a seconda della forma prescelta) che si immerga in aria, in trimix, nitrox o in altre miscele arricchite aria-ossigeno o di ossigeno per ottimizzare la decompressione, effettuate sia con circuito aperto sia con rebreather.

Le condizioni di assicurazione indicano puntualmente le miscele che si possono usare per ogni tipo di po-

lizza prescelta e le profondità massime di immersione entro le quali possono essere adoperate ai fini dell'indennizzo.

La garanzia è valida per le conseguenze di infortuni accaduti nell'intervallo di tempo compreso tra l'imbarco e lo sbarco dal natante (o imbarcazione) di appoggio, ovvero tra la vestizione e svestizione per le immersioni da terra e comprende, altresì, i danni avvenuti in piscina sempre che relativi a esercitazioni subacquee.

I termini generali di assicurazione precisano che la polizza copre tutti gli infortuni subiti nello svolgimento di attività subacquea, derivanti da causa fortuita violenta ed esterna, che produca lesioni fisiche oggettivamente constatabili, con espressa esclusione degli infortuni derivanti da stati di intossicazione (alcolica, da medicinali o da sostanze stupefacenti), da situazioni patologiche preesistenti alla data dell'accadimento del sinistro, dallo stato di gravidanza dell'assicurata e dalle sue conseguenze.

Sono espressamente esclusi dalla validità della polizza gli indennizzi relativi a infortuni relativi a:
- persone di età superiore ai 75 anni (se non autorizzate per iscritto nella polizza);
- lavori o pratiche commerciali;
- svolgimento di gare o tentativi di record.

Inoltre, è escluso qualsiasi tipo di indennizzo per infortuni causati da:
- stato alterato dall'utilizzo di sostanze stupefacenti o alcool;
- malattie pregresse o condizioni mediche o menomazioni non dichiarate all'atto di stipulazione della polizza;
- azioni intenzionali o gravemente colpose;
- richieste di indennizzo direttamente o indirettamente causate da, derivanti o provocate da un viaggio in località per le quali il Governo del Paese di residenza dell'assicurato abbia emesso avvisi che sconsigliano il viaggio.

Ai fini dell'operatività della polizza, l'infortunato deve denunciare l'infortunio il prima possibile, e comunque entro 5 giorni dall'infortunio o dal rientro in patria nel caso in cui l'infortunio si sia verificato durante un viaggio, provando gli elementi del proprio diritto all'indennizzo e consentendo le indagini e gli accertamenti necessari a stabilire l'operatività della polizza e l'entità dell'indennizzo, tra cui la richiesta della documentazione medica ai dottori che hanno curato l'infortunato (che li dovrà sollevare dal segreto professionale a cui debbono rispondere).

Una clausola da tenere bene a mente nel caso in cui si verifichi un infortunio indennizzabile è quella relativa alla necessità di allertare immediatamente il DAN, affinché questo possa intervenire e gestire direttamente l'assistenza: solo in questo caso, infatti, la Compagnia di Assicurazioni si assume la totale copertura dei costi relativi alle spese infortunistiche necessarie all'assicurato, per un ammontare illimitato, quali, il trasporto di pronto soccorso al centro ospedaliero più vicino, le cure necessarie comprensive del trattamento iperbarico, le spese di degenza ospedaliera, le spese di extra hotel in caso di confinamento forzato per un certo periodo di tempo e le spese del biglietto aereo per il ritorno a casa.

Al contrario, nei casi in cui il DAN non sia stato allertato e non abbia gestito direttamente l'assistenza, la Società - su presentazione della idonea documentazione - risponderà entro i limiti di un massimale annuo che varia a seconda della polizza e della fascia di polizza prescelta e, per quanto riguarda le spese di extra hotel, entro i limiti di un massimale "evento", anch'esso variabile.

In ogni caso, sia che DAN sia stato allertato o meno, è previsto un indennizzo per le spese mediche specialistiche successive e per la perdita o il forzato abbandono dell'attrezzatura subacquea a seguito di infortunio entro i limiti compresi in massimali variabili (a seconda della polizza prescelta).

Nel caso di operatività della polizza la copertura assicurativa comprende (nei limiti dell'importo indicato nella polizza):

- spese delle emergenze mediche e di rimpatrio;
- spese di permanenza per l'assicurato e un accompagnatore (solo il costo della camera) oltreché il ricovero di un eventuale animale che viaggia con l'assicurato;
- diaria per ogni giorno di ospedale superiore al primo;
- spese per l'acquisto di eventuali protesi (fino a euro 1.000,00)
- se giudicato necessario, pagamento di Cure Mediche specialistiche, incluse le prime cure post acute, la riabilitazione e la terapia dello stress post-traumatico, fino al massimale stabilito nel certificato di polizza;
- l'indennizzo in caso di morte o disabilità entro i massimali indicati nella polizza;
- spese per la ricerca e il rimpatrio della salma;

Si rileva infine che la polizza assicurativa copre altresì le spese legali per intentare o resistere in una causa giudiziaria basata su un infortunio subacqueo occorso durante l'operatività della polizza e da questa coperto, nonché tiene indenne l'assicurato - nei limiti del massimale - per le somme che questi è tenuto a versare a terzi a titolo di responsabilità civile connessa all'infortunio subacqueo.

A parte il DAN - presa ad esempio trattando specificatamente gli indennizzi derivanti da infortuni occorsi durante lo svolgimento dell'attività subacquea - è possibile scegliere tra molte polizze che assicurano la persona dai rischi e infortuni a cui la persona può incorrere durante la propria attività lavorativa o durante il tempo libero: attenzione però che, nelle polizze non specificatamente nate per l'attività subacquea, spesso vi è l'esclusione degli infortuni occorsi in occasione dello svolgimento di attività giudicate pericolose (quali, appunto, la subacquea).
Pertanto, nel caso in cui venga stipulata una polizza contro gli infortuni "generica", sarà indispensabile accertarsi che l'attività subacquea sia ricompresa nei termini di polizza.

il tuo legale.it

Il tuo legale.it **è uno Studio Legale moderno dove tradizione e cultura si sposano con le nuove tecnologie.**
È composto da un team di avvocati competenti in diversi settori e materie, per coprire tutti i rami del diritto e fornire un'adeguata assistenza multidisciplinare.
La fitta rete di domiciliazioni permette di fornire assistenza in diverse zone d'Italia, pur mantenendo la centralità del servizio a Milano.

Principali materie trattate:
Diritto di FAMIGLIA, CASA e CONDOMINIO,
Diritti del CONSUMATORE e del TURISMO,
CODICE della STRADA,
Diritto PENALE,
Diritto di IMPRESA,
Diritto del LAVORO.

Lo studio da anni approfondisce le tematiche legate alla subacquea: contratti, responsabilità, risarcimento ecc.
Sul sito trovate una raccolta dei principali argomenti approfonditi in materia di SUBACQUEA.

Il Tuo Legale
Studio Legale *Avvocato F. Zambonin*

Tel +39 02 94088188
Fax +39 02 90090133
www.iltuolegale.it
info@iltuolegale.it

Filippo Cestaro, Chiara Di Credico

RESPIRAZIONE e BENESSERE

L'influenza della respirazione sugli stati psicofisiologici

Foto di Adolfo Maciocco

L'importanza della respirazione.

L'essere umano può resistere senza mangiare qualche settimana, senza bere qualche giorno, ma senza respirare solo qualche minuto: la respirazione è vitale per la nostra sopravvivenza.

Per la maggior parte del tempo, funziona in modo involontario (ad esempio mentre dormiamo) ma, a differenza della maggior parte delle altre funzioni del sistema nervoso autonomo, può essere controllata volontariamente. La respirazione potrebbe essere quindi interpretata come un importante canale di comunicazione tra la mente e il corpo, un ponte tra il nostro sistema nervoso autonomo e centrale.

Ricordiamo che mente e corpo sono in continua comunicazione e s'influenzano reciprocamente: come lo stato della mente influenza il corpo (Mario è preoccupato per l'esame che dovrà sostenere, avrà lo stomaco chiuso), così lo stato del corpo influenza la mente (Mario al mattino è stanco perché ha dormito male, sarà più suscettibile ai rimproveri di sua mamma).

Attraverso il modo in cui respiriamo possiamo condizionare le nostre funzioni fisiologiche.

La respirazione è uno dei sistemi più importanti, nonché il più veloce, per eliminare le tossine e aumentare l'ossigenazione. Inoltre frequenza respiratoria e cardiaca sono strettamente correlate.

Pensate a una persona molto stressata: come saranno il suo battito cardiaco e la sua frequenza respiratoria?

Esiste quindi una relazione reciproca tra respirazione, frequenza cardiaca e stati emotivi/processi mentali. Come questi ultimi possono influenzare il ritmo, la profondità, e il pattern respiratorio, viceversa, la respirazione può contribuire ampiamente a determinare stati emotivi come rabbia, paura, gioia e tristezza, e influenzare il modo in cui il cervello percepisce, interpreta, e risponde allo stress o alle minacce.
È dunque importante saper respirare appropriatamente: imparare a migliorare la propria respirazione porterà a una serie di benefici fisici (ad esempio maggiore eliminazione di CO_2 e ossigenazione dei tessuti, equilibrio del pH) e a notevoli cambiamenti positivi negli stati emotivi e nei processi mentali.
Il miglioramento della qualità della propria respirazione è alla base degli insegnamenti di molte tecniche orientali con comprovati effetti psicofisiologici positivi. Queste tecniche si sono dimostrate utili per alleviare lo stress, l'ansia e la depressione nella pratica clinica.

RESPIRAZIONE E ATTIVITÀ SUBACQUEA

È evidente quanto sia importante per il nostro benessere psicofisico saper respirare correttamente, e lo è ancora di più quando ci troviamo in immersione. Molte didattiche insegnano come l'incapacità di ventilare correttamente porti il sub alla fame d'aria, che è susseguita brevemente da una serie di alterazioni dei processi mentali, che potrebbero sfociare nel panico (rif. Istinto Vs Ragione, *ScubaZone n°6*).
Allo stesso tempo l'immersione subacquea, in ambiente controllato, può favorire l'apprendimento di una respirazione corretta. Questo perché la respirazione, sott'acqua, diviene percepibile uditivamente, visivamente e propriocettivamente permettendoci di rilevare ogni sua variazione e di aggiustarla di conseguenza.
Un sub in immersione, o un istruttore subacqueo che osserva i suoi allievi, vedrà letteralmente il flusso di scarico dell'erogatore che gli potrà fornire importanti informazioni sulla qualità del respiro; sentirà il suo rumore e ne percepirà i cambiamenti attraverso le modifiche dell'assetto che ne conseguono.
Ad esempio un sub con una scorretta respirazione tenderà a consumare molto, e a doversi "zavorrare" oltre il necessario per compensare l'assetto positivo dovuto al fatto che i polmoni sono più pieni.
Infine, ma non meno importante, alcune caratteristiche dell'ambiente acquatico ci aiutano a focalizzare la nostra attenzione sul respiro e sul momento presente favorendo l'instaurarsi di una condizione di calma e serenità in cui la mente è libera dai pensieri e dalle preoccupazioni (le tecniche di ancoraggio al respiro sono alla base della maggior parte delle tecniche di meditazione). Infatti, come si dice tra noi subacquei, quando siamo immersi i "problemi" galleggiano.

CONCLUSIONI

In quest'articolo abbiamo approfondito l'importanza di saper respirare correttamente e la sua influenza sul nostro stato psicofisiologico.
Auspichiamo che questo tema susciti sempre più interesse nella comunità subacquea e scientifica allo scopo di sviluppare training sempre più efficaci che ci aiutino a stare meglio e a essere più consapevoli di noi stessi, sia sott'acqua sia nella vita di tutti i giorni

(per maggior informazioni sui training da svolgere in acqua rimandiamo a: *La subacquea e il benessere*, ***ScubaZone n°4*** - oppure contattare direttamente gli autori: scubawellness@gmail.com).

DI MASSIMO BOYER

MUTA TRIBORD SUBEA
modulare 5 mm

TRIBORD, IL MARCHIO DI *DECATHLON* DEDICATO AGLI SPORT ACQUATICI, ESCE CON UN OTTIMO PRODOTTO: UNA MUTA MODULARE IDEATA E REALIZZATA PER CHI PRATICA LA SUBACQUEA REGOLARMENTE, ANCHE IN ACQUE FREDDE. CONCEPITA PER ACCOMPAGNARE IL SUBACQUEO ADATTANDOSI ALLE DIVERSE STAGIONI GRAZIE AL CONCETTO MODULARE. NELLA CALDA ESTATE APPREZZEREMO LA FACILITÀ CON CUI SI INDOSSA IL MONOPEZZO CON CERNIERA POSTERIORE, DOTATO DI CAPPUCCIO SEPARATO. I PIÙ FREDDOLOSI LA PORTERANNO ANCHE AI TROPICI, MAGARI SENZA CAPPUCCIO. AI PRIMI FREDDI AUTUNNALI AGGIUNGEREMO IL TOP SOTTOMUTA DA 2,5 MM, MENTRE LE ACQUE LIMPIDE E RIGIDE DELLA PRIMAVERA RICHIEDERANNO L'AGGIUNTA DELLO SHORTY DA 5 MM CON CAPPUCCIO INCORPORATO, DA INDOSSARE SOPRA LA MONOPEZZO PER GODERE LA LIBIDINE DEI 10 MM SUI PUNTI CRUCIALI.

MONOPEZZO, SHORTY, TOP E CAPPUCCIO SONO VENDUTI SEPARATAMENTE, PER INIZIARE CON LA CONFIGURAZIONE PIÙ GRADITA.

caratteristiche tecniche

Isolamento termico: *Subea* ha una struttura formata da 3 lamine sovrapposte. Un sottile strato idrofilo trasferisce verso l'esterno il vapore della traspirazione, una membrana traspirante lascia passare la molecola di vapore acqueo verso l'esterno, ma blocca il passaggio dell'acqua; il tutto su un supporto in tessuto con trama e ordito idrorepellenti che accelerano l'asciugatura.
La *muta monopezzo* ha chiusura stagna dorsale, lo shorty con cappuccio ha chiusura ventrale, per minimizzare le entrate di acqua.
I pezzi di neoprene sono incollati tra loro e cuciti.
Il *Thermospan* presente sul busto e sulla schiena aumenta il comfort e la sensazione di calore.
Adattabilità: un'unica muta per tutte le stagioni.
L'utilizzatore può scegliere la muta o lo spessore di neoprene in funzione delle condizioni climatiche.
Impermeabilità delle estremità: un doppio bordo in neoprene liscio (all'interno) assicura la massima tenuta stagna.
Libertà di movimento in immersione: grazie al neoprene stretching (FFA). Lo shorty senza maniche facilita il movimento di braccia e gambe in acqua fredda.
Resistenza all'abrasione: rinforzi antiusura ergonomici sulle ginocchia, grip ai polsi per evitare la rotazione del computer.
Facile da indossare: doppi manicotti con chiusura lampo sulle braccia e sulle gambe permettono di indossarla facilmente. Cappuccio con fori per permettere la fuoriuscita dell'aria (molto funzionale).
Resistenza all'usura: rinforzi interni aumentano la durata della muta.

Taglie: dalla S alla XXL
Colore: nero/blu
Prezzo consigliato nei negozi *Decathlon*:
muta 5 mm: 149,95 €
shorty 5 mm: 59,95 €
top 2,5 mm: 19,95 €
cappuccio 5 mm: 19,95 €

TRIBORD
DESIGNED BY WATER

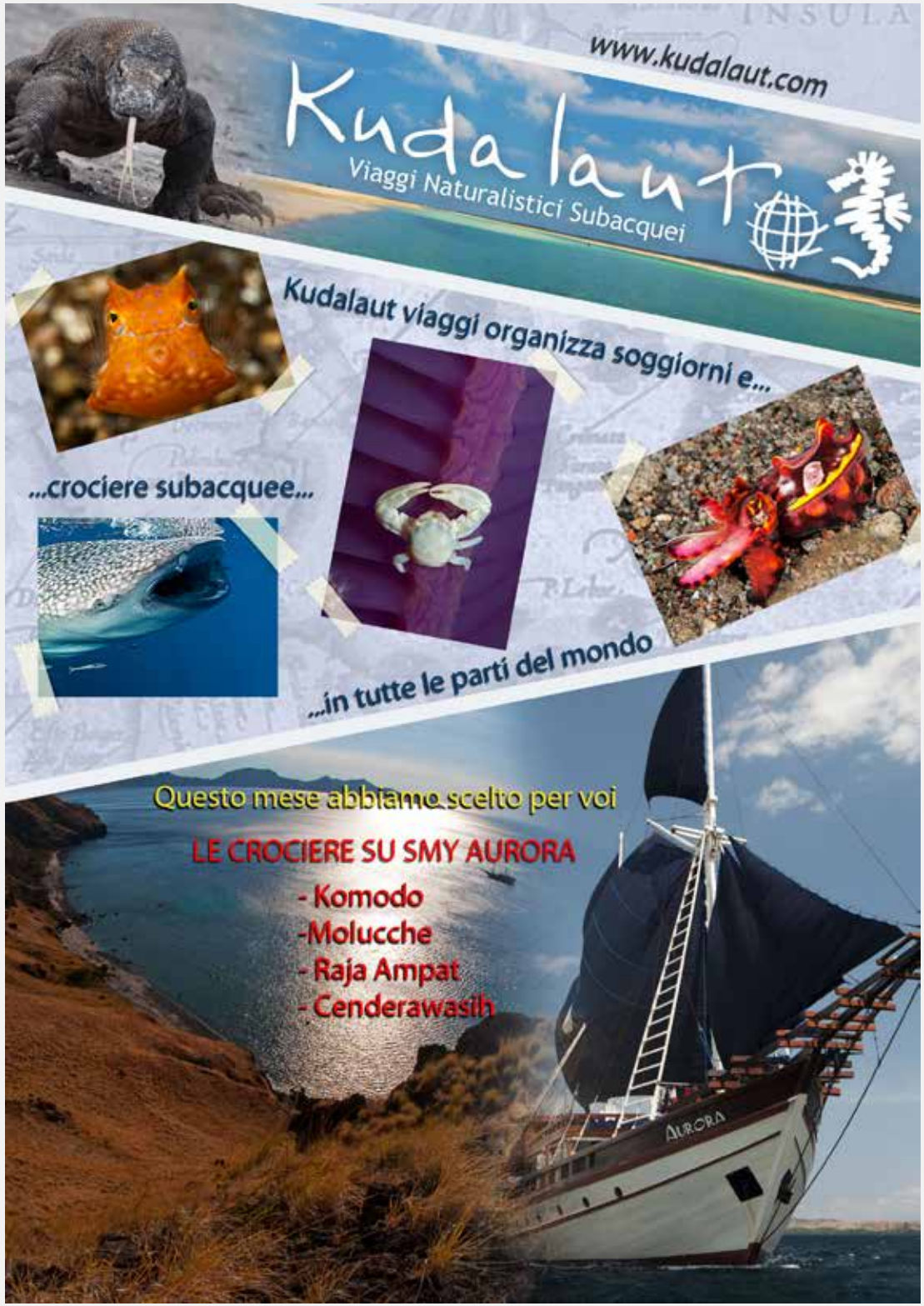
Solo nel suo open-space preferito, Stefano, Capo Prodotto Subacquea Tribord, esplora i fondali marini. Stagione dopo stagione, ha continuato ad analizzare le condizioni di pratica, per dare vita alla muta ideale: modulabile in funzione delle stagioni, si adatta a tutte le temperature e permette di immergersi tutto l'anno.

SCEGLIETE IL VOSTRO CALORE

MUTA SUBEA MODULARE 5MM

	cappuccio 5 mm	over-shorty 5 mm	top 2,5 mm	muta 5 mm	muta completa
Scopri di più su www.tribord.com	19€95	59€95	19€95	149€95	

DECATHLON, SA à Directoire et Conseil de Surveillance au Capital de 10.25.000 euros. RCS Lille 306.138.900.



ROFOS

RS 450 K

Questa straordinaria **muta stagna in trilaminato** continua da un anno a riscuotere notevole successo.

I suoi punti di forza sono l'incredibile **durata nel tempo**, il materiale assolutamente resistente e robusto (Ferguson antitaglio e antiabrasione), i rinforzi in Cordura® armato morbido, la **comodità** data dal taglio perfetto per cui è famosa la ROFOS, la quadrupla tasca e non ultimo il fatto di essere **Made in Italy**.

Il modello, ideato e disegnato da Roberto Scerbo, permette una comodità e una libertà di movimento, **garanzia di sicurezza**, che sono fuori dal comune per questo tipo di muta: chi indossa questa muta è perfettamente in grado di raggiungere con facilità le valvole delle bombole sulla schiena e di muovere le gambe come necessario.

DIVE CENTER ITALIA DI ANTONINO GRAVANO E STAFF BARRACUDA

Ustica, la "Perla Nera" del Mediterraneo. Nera perché di origine vulcanica, perla perché questo nero della sua terra brilla di infiniti colori, tanto che, come nell'iridescente gioiello di mare, basta guardarla sotto diverse angolazioni per fare esplodere il verde della macchia mediterranea, gli infiniti colori dei fiori di cappero e fico d'india, l'azzurro intenso del suo cielo, il rosso dei tramonti, il rosa delle albe e, infine, il blu intenso del suo mare.

Eccolo qui, il mare di Ustica: adeguata cornice a questo gioiello e, al contempo, gioiello esso stesso, protetto sin dal 1986 nella cassaforte dell'*Area Marina Protetta* più antica d'Italia (insieme a quella del Castello di Miramare a Trieste); una cassaforte che, però, è sempre pronta ad aprire il proprio portello a tutti coloro che, con rispetto e passione, vengono a conoscerne il prezioso contenuto.

Prima di parlare del mare e delle immersioni, però, è doveroso parlare dell'isola: non una semplice base da cui partire per immergersi, ma un vero luogo dell'anima, un luogo in cui perdersi e ritrovarsi, un luogo in cui i sentieri che portano verso l'entroterra diventano vere autostrade che conducono il visitatore a ritrovare una parte del proprio essere che i ritmi della vita odierna hanno fatto, se non dimenticare, quanto meno mettere da parte.

Ecco che, come per magia, lo stressato turista si ritrova immerso, anzi si ritrova egli stesso parte integrante dell'isola, ne prende i ritmi, ne respira gli infiniti profumi, sente esplodere dentro di se i colori che, attraverso gli occhi, arrivano direttamente al cuore e mai il nero, quel nero della bruciata terra lavica, gli è sembrato più… colorato!

IL DIVING

Nato all'inizio degli anni '80, ***Barracuda*** è uno dei diving più longevi della Sicilia.

Dispone di ampi spazi per i subacquei e le loro attrezzature, un grande parco bombole di ogni capacità (tutte bi-attacco INT - DIN), attrezzature complete per il noleggio, centro di ricarica interno, 2 comodi e veloci gommoni con ossigeno a bordo e tutti i comfort, pulmini e 4x4 per il trasferimento dei subacquei.
Vi sono inoltre spazi per il risciacquo e la cura dell'attrezzatura, e comode zone per i corsi.

BARRACUDA
Diving Ustica

c/o Villaggio Punta Spalmatore
c.da Punta Spalmatore
USTICA (PA)
mobile: +39 370 718 1621

www.barracudaustica.com
info@barracudaustica.com

BARRACUDA DIVING USTICA

ti aspettiamo...
fai presto!

ISTRUTTORI E GUIDE DI GRANDE ESPERIENZA E PROFESSIONALITÀ!

Cosa di meglio, dopo un simile aperitivo di emozioni e sensazioni se non, a sera, sedersi al tavolo di uno dei tanti semplici ristoranti che punteggiano il piccolo centro abitato per unire ai profumi della natura quelli, più prosaici ma di certo non meno graditi, della semplice e saporita cucina usticese?
Una cucina genuina i cui piatti nascono dalla terra e dal mare dell'isola: pesce freschissimo, i famosi gamberetti di Ustica, pomodori e capperi saporiti, lenticchie che sono ormai un must anche nei migliori ristoranti.

Ciò che rende veramente unica la cucina usticese è l'amore con cui viene preparato ogni singolo piatto, anche il più semplice; e il profumo di questo insostituibile ingrediente vaga di tavolo in tavolo realizzando l'ennesima magia di Ustica: ci si siede da spaesati turisti ma ci si alza usticesi d'adozione, stregati dall'isola!

Nato all'inizio degli anni '80, ***Barracuda*** è uno dei diving più longevi della Sicilia. Dispone di una grande barca diving attrezzata con compressore a bordo, servizi igienici, cucina e ampi spazi per i subacquei e non. Un comodo e veloce gommone consente spostamenti rapidi verso differenti punti di immersione. Tutti i mezzi dispongono di kit ossigeno a bordo e lo staff è costituito da istruttori e guide di grande esperienza e professionalità, conoscitori dei luoghi, abilitati al primo soccorso e alla somministrazione di ossigeno.
Uscite full-day in barca con gustosi pranzi a bordo, immersioni diurne e notturne garantiscono divertimento per tutti: **dai meno esperti ai subacquei tecnici più smaliziati, tutti troveranno emozioni e divertimento in piena sicurezza**.
Barracuda propone pacchetti low-cost per singoli, famiglie e gruppi, corsi per principianti e per chi vuole acquisire nuove conoscenze.
Barracuda offre anche divertenti uscite snorkeling per i non subacquei, sia con che senza guida. Gli amici o i familiari dei subacquei possono seguirci a bordo dei nostri mezzi per rilassanti bagni sui punti di immersione o per provare il piacere dell'immersione in compagnia di un istruttore dedicato.

Nel raro caso di condizioni meteo avverse, l'isola offre anche la possibilità di escursioni su percorsi naturalistici della riserva terrestre.
Tuttavia la struttura dell'isola consente sempre uscite sicure e piacevoli in quanto vi sono sempre punti di immersione al riparo da vento e mare mosso.
Per rendere la vostra vacanza più facile e rilassante, ***Barracuda*** vi aiuta a organizzare il vostro viaggio, occupandosi della sistemazione, dei transfer dall'aeroporto di Palermo al Porto di Palermo e di quelli sull'isola.
Inoltre è disponibile un esclusivo servizio di spedizione con corriere nazionale della vostra attrezzatura subacquea o del vostro bagaglio, per viaggiare senza carichi eccessivi e senza il rischio di smarrire il bagaglio in aeroporto o di pagare pesanti sovrapprezzi.
Qualora, in funzione degli orari dei voli, fosse necessario pernottare a Palermo, sono disponibili interessanti convenzioni con alcuni B&B.

Vuoi la tua pubblicità qui?

info@scubazone.it

PADI

Lampedusa is fun!

Blue Dolphins

www.bluedolphins.it

IN COLLABORAZIONE CON I MIGLIORI TOUR OPERATORS ITALIANI ED ESTERI
ORGANIZZA PER VOI LE PIU' BELLE CROCIERE SUBACQUEE
ATTIVITA': IMMERSIONI - CORSI SUB - SNORKELING - PESCA A TRAINA E BOLENTINO
EQUIPAGGIO: 8 PERSONE DI CUI 2 ISTRUTTORI SUBACQUEI
" PROFESSIONALITA' E GENTILEZZA "

DI MARCO DATURI

Andrea Neri

Dieci anni fa quando decisi di creare *ScubaPortal* avevo tanti contenuti e idee ma pochissime foto per la sezione didattica del portale. Decisi così di chiedere a una persona che stimavo molto, Andrea Neri, che al tempo scriveva per una nota rivista di subacquea ed era - e lo è tuttora - uno degli istruttori più noti e gettonati d'Italia. Andrea fu così gentile che qualche giorno dopo ricevetti un cd rom con molte immagini che avrei potuto usare per abbellire le pagine del sito. Grazie Andrea! Dieci anni sono tanti e oggi gli ho chiesto un'intervista e lui, sempre molto disponibile come allora, me l'ha concessa. Abbiamo entrambi dieci anni di più, ma la voglia di fare e la passione per la subacquea è sempre la stessa,se non maggiore.

Quanti anni fa, e come ti sei avvicinato alla subacquea?

Ho 61 anni e mi sono avvicinato alla subacquea per la curiosità di vedere cosa c'era sotto la superficie, avevo 15 anni.
Dopo arrivò il primo fucile a molla e solo due anni più tardi l'ARA.

In tanti anni, cosa è cambiato di più in meglio?

In meglio è cambiata la tecnologia delle attrezzature, le tecniche d'immersione, la condivisone delle notizie grazie a internet, e l'assistenza agli incidenti.

e in peggio?

In peggio la formazione, soprattutto quella delle guide e degli istruttori che nella loro globalità, a mio avviso, definire deprimente è un eufemismo.

Raccontaci un po' come si svolge la tua giornata, tra subacquea e scrittura, immagino?

Come sai da molti anni mi occupo di subacquea 24 ore al giorno. La mia giornata è suddivisa tra corsi subacquei, sviluppo dei programmi didattici (manuali, slides, video) articoli e recensioni, e periodicamente conduzione di seminari o conferenze.

Ci vuoi parlare di EMDE? Quando è nata?

EMDE è la didattica che ho sempre inseguito e della quale avrei voluto sempre fare parte. È nata nel 2009 quando lasciai UTR.

In cosa si distingue?

EMDE è una didattica basata sulla meritocrazia, quella vera, non quella parlata.
Può sembrare stucchevole leggere queste affermazioni perché non sono il primo a farle, però sono il primo ad applicarle in modo responsabilmente sistematico, senza eccezioni.
Fare questo significa rinunciare a molti, moltissimi tesserati e conseguentemente ai profitti, ma la mia convinzione è che la subacquea non è affatto per tutti, e a maggiore ragione non è per tutti essere istruttore.
Se non ne fossi convinto sarei rimasto comodamente ancorato alle didattiche con le quali lavoravo.

Ci puoi anticipare qualche novità che ti riguarda?

La "novità" maggiore è che ogni volta che vado in mare vedo subacquei più bravi di me ed è insopportabile.
Non mi piace essere "secondo" ma temo dovrò abituarmi all'idea.
Voglio però migliorarmi per due motivi: uno perché così facendo insegnerò meglio ai miei studenti, l'altro perché il perfezionamento è l'unica strada per aumentare la sicurezza. Poi ce ne sarebbe un terzo, ma è un progetto sul quale sto lavorando e preferisco non parlarne, per il momento.

Hai una citazione preferita da lasciare ai lettori?

Citazioni?
Ne avrei molte, tutte con il copyright (scherzo)!
Quella che subacqueamente parlando preferisco di più è questa: "io indosso la muta non il burqa!"

Da sinistra, Nino Piras e Andrea Neri

PESCIOLOGIA DEL MAR ROSSO 8

Pesciacci cattivi 2

Il sole splendeva alto, gli alberghi
erano *overbooked* e il mare era blu profondo.
Il cuoco, a bordo, friggeva le falafel e cantava
una canzone che ripeteva cento volte "habibi".
Il capo contabile, maschera, maglietta,
salvagente e pinne, era pronto per entrare in
acqua dalla piattaforma della barca, ma quando
guardò giù, verso la superficie scura e scintillante,
esitò un attimo. E la domanda gli venne naturale.
«*Non è che ci sono squali qui intorno?*»
Il divemaster si trovò, come al solito
davanti a tre opzioni di risposta:
1) «No.»
2) «Sì, ce ne sono pochissimi, tutti innocui.»
3) «È pieno, e stanno proprio aspettando te...»
Il capo contabile si lasciò convincere,
entrò in acqua e non fu mangiato.
Anzi: passò proprio una gran bella giornata.
Com'è possibile che non abbiano almeno
assaggiato un grassottello tenero e pallido
come lui? Perché non lo fanno.
**Capo contabili, idraulici, cardiologi e postini
non rientrano nella dieta degli squali.**
«Ma allora ci sono… gli squali, in Mar Rosso!»
E certo che ci sono gli squali!
È un mare sano, questo qua, mica un mare
inquinato o saccheggiato dei suoi pesci!
Se in un mare ci sono gli squali è perché è vivo
e c'è pesce a sufficienza.
Vi chiederete cosa mangiano gli squali, adesso.
Mangiano un po' di tutto: calamari, razze,
altri pesci. Soprattutto quelli morti o moribondi.
È il loro compito nella catena alimentare,
e lo fanno con più diligenza e precisione di tanti
capo contabili, altro che i film di Spielberg…
Non sono assolutamente dei mostri e per fortuna
in molte parti del mondo stanno diventando
una specie protetta.
«Cooome! Proteggete gli squaaaaali?»
Assolutamente sì. Senza di loro moltissime specie
si indebolirebbero oppure prolificherebbero a
dismisura, e la conseguenza sarebbe l'estinzione o
la scomparsa dalla zona di quella specie
per mancanza di cibo. Sì, purtroppo, dico
purtroppo, gli squali stanno diventando pochini.
Un altro cattivone dallo sguardo feroce
e dai denti ancora di più è il barracuda.
«In Messico un barracuda…»
Qua no. Perché no? Semplice: qua non diamo
da mangiare ai pesci, e se non dai da mangiare
ai pesci loro non ti associano, né ti identificano
col cibo. I barracuda di quaggiù non hanno mai
azzannato nessuno, anzi, schivi come sono
si fanno avvicinare difficilmente.
Li puoi trovare in nuvole o in branchi,
loro diventano solitari solo quando raggiungono
l'età della pensione, ed è bello vederli
volteggiare nella corrente alla ricerca di cibo,
un cibo che non siamo noi.
Ma il più attaccabrighe di tutti chi è?
È il balestra.
«Ma che bello quel pesce col muso blu
e le squame gialle e verdi!»
Il balestra, per quanto mi riguarda, è bello
da settembre a giugno, cioè quando
non ha uova da nessuna parte, e non vi si fila.
Quando invece ha le uova se la prende
con tutti, ma dico tutti (anche con una portaerei,
se capita), quelli che si avvicinano al suo nido.
Il suo territorio è un cono.
No, non sto parlando di gelati, è un cono in senso
geometrico, con l'apice in basso
e la base che arriva fino alla superficie.
Se ne vedete uno, e li riconoscete perché sono
ben visibili, tra metà giugno e agosto,
girate alla larga, uscite dal suo territorio e
quello se ne sta pei fatti suoi a masticare coralli
e a soffiare sui suoi amati ovetti.
Fanno sempre così i balestra?
Rispettano tutti il loro posto assegnato?
Tutti tranne uno.
Sta alla fine di Woddhouse Reef, verso Tiran.
Quello è un megalomane. Si è preso un territorio
più grande e intercetta tutti quelli che passano.
Abbiamo protestato col *Sindacato dei Pesci*
e hanno promesso che ci penseranno loro.
Ma ce n'è uno in giro che è proprio cattivo.
Non è un pesce.
È un mammifero, ma non è un delfino.
No, non è Pelizzari! **È l'uomo!**
Getta in mare, o lascia che ci finiscano,
buste di plastica che soffocano le tartarughe,
pesca fino a estinguere intere specie lungo intere
regioni, e non gli frega niente che
nelle sue reti coi tonni ci finiscano anche i delfini.
Bombarda i reef con la dinamite per raccattare
pesci morti, distruggendo chilometri di ceselli
faticosamente costruiti da madre natura
e che non cresceranno mai più, svuota le sentine
delle petroliere e manda scorie di ogni genere a
soffocare e avvelenare foche, gabbiani, altri pesci
e quel fitoplankton che è responsabile
della produzione dell'ossigeno sul pianeta.
E non importa che una tragedia accada laggiù
nell'Artico, e non in Mar Rosso,
il mare è uno solo.
*Ecco: l'uomo è la specie più pericolosa
che razzola in ogni oceano. Passate parola!*

SCUBA LIBRE
FRANCESCA CHIESA

Stingray City

Foto di Marco Daturi

Per preservare gli ecosistemi e la vita in tutte le sue forme è necessario che il sistema venga mantenuto in equilibrio con umiltà e rispetto.

Grand Cayman - Cayman Islands

Lasciarsi sfiorare da una mano è uno dei primi gesti che naturalmente nasce col germogliare di una nuova un'armonia.
Lasciarsi prendere per mano è uno dei primi gesti che in cerca di tenerezza spontaneamente facciamo.
Lasciarsi accarezzare da una mano è uno dei primi gesti che con semplicità accogliamo nella piena fioritura di un'intesa.
Sono movimenti istintivi che nascono dal cuore: una mano trasmette protezione, fiducia, serenità, amore… e curiosità. Ed è proprio la curiosità che mi ha portata a incontrare una colonia di trigoni e interagire con loro.
È successo diversi anni fa, vecchi ricordi impolverati di quando ero giovane e inesperta, e tutto era un "gioco".
Mi dissero che potevo immergermi nella baia e vedere, toccare, nutrire i trigoni che, come ammaestrati, attendevano i turisti con le loro ceste piene di facili leccornie. Non dovevamo neanche cercali, sarebbero stati loro a trovarci. E così fu.
Uno stop a Miami e un successivo volo mi porta nel Mare delle Antille, a sud di

Le foto inserite nell'articolo hanno funzione puramente estetica, sono foto scattate in Mar Rosso. I blue-spotted stingrays non sono emigrati, non ancora almeno!

Cuba, nel territorio britannico oltremare delle Cayman Islands; Gran Cayman, Little Cayman e Cayman Brac formano questo arcipelago dalle spiagge coralline e dai generosi cocktail. È George Town, capoluogo di Gran Cayman, con la sua dubbia e incerta pista d'atterraggio che mi dà il benvenuto su questa terra dai profumi caraibici.
Alloggio sulla Seven Miles, dove tutto ebbe inizio: sette miglia di alberghi, sette miglia di locali accattivanti, sette miglia di turisti annoiati, sette miglia di campi da beach volley, sette miglia di finissima sabbia che terminano con la *Turtle Farm*, un allevamento di tartarughe verdi tristemente minacciate da un ecosistema traballante.
La struttura nacque come allevamento per scopi commerciali (la carne di tartaruga è molto apprezzata), e solo successivamente si è evoluta per scopi più nobili: resta comunque la più grande attrazione terrestre dell'isola con tanto di biglietto di ingresso.
Al diving mi aspetta un vecchio scuola bus ridipinto di un rosso fiammante e decorato con motivi dal tratto infantile - come a volerne camuffare gli anni di servizio - che, con la sicurezza di chi ha percorso queste strade innumerevoli volte, raggiunge il molo.
La barca mi attende e una mano mi aiuta a salire a bordo per poi prendere il largo.
Il sole è alto, caldo e generoso: i raggi si specchiano su una superficie liscia riflettendo una luce insolente che occhiali dalle scure lenti allontanano dagli occhi. La pelle brucia e indiscrete gocce d'acqua arrivano, senza vergona, a posarsi su ogni parte del mio corpo. Voliamo verso la baia di North Sound dove a nord-ovest si trova Stingray City, la città dei trigoni.
Un canale naturale vi si addentra, dando origine a un'insenatura che abbraccia un oceano dal carattere dolce e pacato; dalle diafane e poco profonde acque un fondo sabbioso traspare, immobile e piatto. Queste peculiari caratteristiche hanno dato vita a una singolare intesa tra uomini e pesci dalla forma bizzarra.
In un tempo lontano, prima del calar della sera, i pescatori si rifugiavano nella cala dopo un'intensa giornata di pesca in mare aperto per dedicarsi alla "preparazione" del pescato, buttando con noncuranza gli scarti fuori bordo. Budella, frattaglie, interiora a ogni tonfo increspavano l'acqua che man mano si tingeva di rosso guadagnando l'attenzione di strane creature dal corpo piatto e dalla forma romboidale rifinito da lunghe code armate di uncino.
E da allora arrivano puntuali al banchetto che tutti i giorni viene offerto loro per sbalordire i turisti che eccitati posano per sfrontati fotografi nella certezza di portare a casa lo scatto più estroso da poter iscrivere al concorso parrocchiale.
Allora lo trovavo divertente.
I motori si arrestano e nella baia riecheggiano le grida dei gitanti affascinati, insicuri, sorpresi che con gai risolini si preparano all'atteso tête-à-tête.
Queste acque cristalline accolgono e danno rifugio ai raggi del sole conservandone il tepore; chi indossa un sotto muta, chi una protezione di pochi millimetri, chi solo una maglietta. Il fondo è a soli 5 metri, basta un tuffo per ritrovarci adagiati sul soffice tappeto sabbioso. Da bravi sco-

laretti formiamo un cerchio in attesa che, come cagnolini ammaestrati, i trigoni rispondano al richiamo "odoroso" riposto nelle nostre tasche.
Sono eccitata, timorosa, emozionata, ma è sicuramente la curiosità il sentimento che tiene in pugno la mia mente razionale.
Il cuore si allarga in un'esplosione di gioia quando un grosso esemplare mi sfiora la testa per gettarsi fra le snelle e flessuose braccia della guida che, come steli di posidonia, si muovono leggere per richiudersi in un singolare abbraccio... che le danze abbiano inizio!
Siamo circondati. Corpi piatti dalle grandi pinne pettorali come ali vibrano senza sosta, lunghe e sottili code si intrecciano, occhi sporgenti prudentemente mimetizzati sul dorso come periscopi perlustrano il fondale, piccole bocche intagliate in un candido ventre aspirano avidamente il cibo. È un girotondo senza controllo, un groviglio di corpi che si attorcigliano per separarsi rapidamente, mani che si allungano, mani che toccano, mani che sfiorano, mani che offrono, mani che premono, dove l'euforia offusca la ragione.
È una violenza, un voler stravolgere gli equilibri che la natura con fatica e amorevole dedizione ha raggiunto confidando nella complicità di tutti gli esseri viventi. Un equilibrio costantemente minato dall'arroganza dell'uomo che, con superbia, interferisce per puro diletto insinuandosi prepotentemente in un meccanismo naturale che inevitabilmente faticherà a ritrovare stabilità.
Ma questo allora non lo capii, e mi lasciai andare in quello che fu un gioco sorprendente dove tutto era concesso. Grossi dischi dal diametro di un metro volteggiano al ritmo di una sfrontata rumba oscurando con i loro corpi i nostri volti celati dietro aderenti maschere.
Sul palmo della mano porgo i prelibati bocconcini facendo ben attenzione alle dita che, nella frenesia, potrebbero trasformarsi in appetitosi spuntini. L'istinto mi porta a richiuderle come una foglia di Mimosa Pudica la cui sensibilità fa sì che si ritragga se solo la si sfiori.
Due dure placche simili a becchi come ventose risucchiano il cibo offrendo un ventre liscio e niveo che pare sorriderti: due piccole incisioni rotonde, un taglio orizzontale e dieci fessure branchiali disegnano un volto perfetto dai tratti gentili.
Non so se sono io a toccare loro o sono loro a toccare me, ma sento un'energia che dalle viscere arriva sino al cuore insinuandosi prepotentemente nel più profondo del mio io. Sono felice. Sono calma. Sono serena. Sono appagata.
Tutto è un gioco che ruota intorno a me. L'acqua è calda, trasparente, ferma, complice di questa innaturale armonia.
La pallida sabbia è soffice come una nuvola, una sterile prateria infinita teatro di uno "scontro" dove non ci sono né vinti né vincitori.
Le esche sono finite, il tempo è scaduto e noi ci ritiriamo. La pace torna a difesa nell'infinito misterioso regno dai confini circolari.
La curiosità va saggiamente dosata: occorre misurare ogni approccio che l'umana società rivolge nei confronti dell'ambiente e avere sufficiente sensibilità per valutarne attentamente le inevitabili conseguenze.

Ferruccio Fazio a Pantelleria (foto A. Gallucci

CONVERSAZIONE CON FERRUCCIO FAZIO

Classe 1944, ex ministro della Salute del governo Berlusconi, Ferruccio Fazio, di professione medico, è professore ordinario di Medicina nucleare presso la Facoltà di Medicina e Chirurgia dell'Università di Milano-Bicocca: un curriculum da vero tecnico della materia insomma, tanto che me lo ero immaginato un po' scienziato noioso, un po' topo di biblioteca e molto professore ingessato.

E invece, Ferruccio Fazio è tutto il contrario: asciutto, prestante e dinamico, dimostra almeno dieci anni di meno della sua età. La battuta sarà pur scontata, ma è veramente il perfetto ritratto della salute.
In molti conoscono la sua passione per le immersioni, ma in pochissimi sanno che lei è anche titolare di un centro subacqueo.
«*Il diving si chiama* Cala Levante *e si trova sull'isola di Pantelleria dove mi trasferisco per l'intero mese di agosto per aiutare lo staff*».
No, aspetti: questo è uno scoop! Lei mi sta dicendo che, se io quest'estate vengo a Pantelleria, trovo Ferruccio Fazio in muta e calzari a farmi da guida subacquea?
«*Sì, proprio così: al* Diving Cala Levante*! Ecco il bigliettino da visita. Mi venga a trovare e mi faccia anche un po' di pubblicità. Il nostro slogan è professionalità nel divertimento*».
E scoppia in una risata travolgente.

l'autrice

Solen De Luca, nata a Roma nel 1972 da padre italiano e madre francese (di origini bretoni), diventa giornalista nel 2002.
Ha collaborato con Radio Vaticana, Rai International, la Sala Stampa della Santa Sede e vari programmi Rai (Radio3 Mondo, Lineablu, Report, Rai Vaticano, La grande storia, Correva l'anno, Gli archivi della storia).
Ha lavorato per varie testate nazionali ed estere (Avvenire, La Sicilia, APCOM, AFP, France2, TSI) e per lo storico mensile di subacquea Mondo Sommerso. Attualmente è redattrice e inviata per SkyTG24.

Velista e divemaster, ha navigato e si è immersa in tutti gli oceani e i mari alla ricerca di esperienze da condividere con i lettori. È sposata e madre di due bambini.

Mentre penso al ministro in muta a una seduta del Consiglio dei ministri, Fazio incalza.
«*Oltre alle normali attività, il nostro diving ha una forte vocazione alla fisiologia della subacquea. Collaboriamo con l'Università di Brescia e con quella di Ginevra per migliorare gli algoritmi decompressivi attualmente disponibili nella camera iperbarica di Pantelleria.*
Ciò significa introdurre dei parametri di decompressione di tipo deep stops, cioè a risalita molto lenta - circa tre metri al minuto - con soste di decompressione da effettuare già in profondità. La grande novità di questo tipo di tecnica estremamente all'avanguardia permette di ridurre le micro bolle, assai più pericolose di quelle di dimensioni più rilevanti.
L'immersione diventa più sicura e dopo ci si sente più riposati rispetto al normale».
Come fa uno come lei, abituato a scendere sui cento metri, a non correre rischi insensati?
«*Fino ai 20 metri, uso un bombolino di aria da dieci litri che sostituisco poi con una miscela trimix di fondo. Entro i 60 metri, uso la miscela normossica fatta di 20% di ossigeno, 20% di elio e 60% di azoto. Quando scendo oltre, impiego una miscela ipossica con al massimo un 10-15% di ossigeno - che va appunto ridotto perché ad alte profondità è tossico. Più le miscele per la risalita. Insomma, quando entro in acqua sembro un albero di Natale*».
Oltrepassare i limiti della natura è sempre stato il desiderio più ambito dell'essere umano e tutti conoscono il famoso mito di Icaro. Ma, se non erro, non è andata poi così bene.
«*La voglio rassicurare: scendere a tali profondità in sé non è pericoloso. Basta prendere alcuni accorgimenti: immergersi in coppia, con esperti, una ridondanza di aria e miscele e un grande controllo delle proprie capacità fisiche e mentali, soprattutto se si va fuori curva*».
E la sua attrezzatura tipo? «*Normalmente mi immergo con la muta umida da sette millimetri e una piastra da due chili e mezzo, mentre con la stagna indosso un massimo di sei chili. Uso due gav altamente tecnici, con una bombola in acciaio da 15 litri e mute su misura che cambio ogni due o tre anni*».

Fazio, così discreto e riservato sulla sua vita privata - tanto che ammette lui stesso di non voler rilasciare interviste per motivi di privacy - comincia lentamente ad aprirsi e scopro con stupore un uomo vulcanico, dall'energia dirompente. Fra gli sport praticati, l'ex ministro confessa la sua passione anche per lo sci alpinismo, il trekking, la vela e la bicicletta da corsa, anche se le immersioni rimangono ovviamente in cima alla lista delle preferenze.
«*Tutto è cominciato con l'apnea, fino a quando ho ottenuto il primo brevetto CMAS ai primi anni '90, per poi diventare un Divemaster Padi e a seguire un Istruttore Nase.*
Dell'immergersi, amo il silenzio assoluto che non esiste da nessun'altra parte e l'autocontrollo, dote fondamentale che mi è anche servita nella mia professione».
Avrebbe qualche perplessità a scendere con un collega di centrosinistra? «*Assolutamente no*».
E tra quelli del centrodestra si è già immerso con qualcuno? «*Sì, con l'ex presidente della Camera Gianfranco Fini*».
Nonostante le mie svariate insistenze, questo sarà praticamente l'unico accenno alla sua attività politica che riuscirò a ottenere.

DAL LIBRO
QUESTIONI DI CORRENTI. UN MARE DI POLITICA DI *SOLEN DE LUCA*
(MAGENES EDITORIALE - 15,00€)
VENTI CONVERSAZIONI CON POLITICI DI PRIMO PIANO PER SCOPRIRE ESPERIENZE, PASSIONI E RICORDI LEGATI AL MARE.

MAGENES

UN MARE DI LIBRI

clicca qui
e
scopri tutte le novità!

www.magenes.it

www.scubashop.it

Sconti fino al 70% per acquisti su ScubaShop, convenzioni speciali con operatori del settore e per assistenza legale

www.scubashop.it

FOTO SUB

ATTREZZATURA

SPELEO ZONE

IMMERSIONI

BIO

VIDEO SUB

DIVING

LA TUA LETTURA PIÙ PROFONDA

SCUBA ZONE

PORTALA SEMPRE CON TE

SU PC TABLET E SMARTPHONE

SE TI PIACE... AIUTACI A FARLA CONOSCERE AI TUOI AMICI!

CONDIVIDI IL LINK SU FACEBOOK, SUL TUO SITO O DOVE PREFERISCI...