



PROGRAMMA DELLE ATTIVITÀ DEL GORGONA CLUB
Settore pesca apnea
ANNO 2015-2016
22 OTTOBRE 2015

STAGE PESCA SUB

Lo stage comprende una parte teorica ed una pratica, quella teorica sarà tenuta presso la sede del circolo, il Giovedì sera alle ore 21, almeno due volte al mese, con i seguenti temi trattati: Fisiologia dell'apnea, tecniche di respirazione e rilassamento, tecniche di pronto soccorso, tecniche e strategie di pesca, conoscenza delle prede, attrezzature da utilizzare e loro preparazione.

La parte pratica sarà effettuata presso la Piscina di San Giuliano nelle serate di Martedì e Venerdì dalle 21 alle 22 e prevede un programma di allenamento specifico per l'apnea rivolta allo svolgimento della pesca.

INIZIO ATTIVITÀ: MARTEDÌ 3 NOVEMBRE 2015 (questa sera dovremmo essere alla piscina per le ore 20)
TERMINE ATTIVITÀ : FINE MARZO 2016

Requisiti per partecipare allo stage:

Essere iscritti al Gorgona club, il costo per il tesseramento valido 12 mesi, è di Euro 70
Pagamento di un contributo spese mensile di Euro 10 da pagarsi anticipatamente ogni 2 mesi
Certificato di idoneità fisica non agonistica, rilasciato dal proprio medico

CAMPIONATO SOCIALE 2016

8 NOVEMBRE 2015 : 1° gara valida per il campionato sociale 2016.

Località: Marina di Pisa

Data alternativa 15/11 campo gara alternativo litorale di Quercianella

Costo iscrizione : 5 Euro

Il calendario delle altre gare sarà emanato entro Gennaio 2016 (almeno 5)

COPPA MANNOCCI

Gara in un'unica giornata che sarà effettuata tra la fine di Agosto ed il 15 Settembre

GARA DI TIRO A SEGNO SUBACQUEO

Domenica 13 dicembre 2015 ore 15 Piscina di San Giuliano

Costo di iscrizione Euro 20

La gara si farà se si raggiunge il minimo di 15 iscritti

Iscrizione da effettuarsi entro il 15 Novembre 2015

Il regolamento gara sarà comunicato entro il 7 Novembre

GITE E VARIE

22 Novembre 2015: Visita fiera Medishow a Roma Fiumicino

Con minibus 9 posti* , si ipotizza un costo di 30 euro* a testa incluso carburante e autostrada

Costo biglietto ingresso Euro 12

*(siamo in attesa di conferma costi e disponibilità)

Prenotazione entro Venerdì 30 Ottobre

20 Dicembre 2015: pranzo di Natale (stiamo definendo per ristorante e costo)

5 o 6 Marzo 2016 : Visita fiera Eudi show a Bologna

23/25 Aprile 2016: pescata a Centuri (Corsica)

1° Maggio 2016: grigliata in campgna

28 Maggio/4 Giugno: Gita sociale

SERATE A TEMA

Sono in corso di preparazione delle serate a tema e di proiezioni video per le quali vi daremo comunicazione quanto prima

Il dettaglio delle iniziative sarà reso noto in occasione dell'assemblea annuale dei soci che si terrà entro i primi di febbraio 2016

Nel frattempo, sono gradite proposte dei soci da mettere in calendario per il 2016

Contatti per settore pesca-apnea

Vasco Cantini tel 347.4530072 mail vasco1@tin.it

Michele Valvani tel. 340.1138229 mail m.valvani@alice.it

Segreteria:

Paolo Basile tel 347.3609187 mail info@gorgonaclub.eu

Sito internet:www.gorgonaclub.eu

Cordinate conto postale

It80d0760114000001018959351