



INSIEME ALLA SCOPERTA DEL MARE

**ASSOCIAZIONE
e
SCUOLA SUB
di Firenze**

www.okeanos.it info@okeanos.it



Riporto Ore Immersioni Precedenti _____

LIBRETTO DI IMMERSIONE di

foto

Nato il _____

A _____

Residente _____

Recapito telefonico _____

Per EMERGENZE AVVERTIRE

Nome _____ Parentela _____

Indirizzo _____

Telefono _____

PER EMERGENZE CONTATTARE

DAN EUROPE 800.279.802 (Italia)

+69 0642115685 (Internazionale)

Polizza n° _____ Scadenza _____

**GUARDIA COSTIERA 1530
EMERGENZA SANITARIA 118 o 112**

www.okeanos.it

INFORMAZIONI MEDICHE

GRUPPO SANGUIGNO _____ Rh _____

VISITA DI IDONEITA' eseguita il _____

Dal Dott. _____

VISITA DI IDONEITA' eseguita il _____

Dal Dott. _____

ALTRE INFORMAZIONI MEDICHE

VACCINAZIONI

_____ scadenza il _____

_____ scadenza il _____

ALLERGIE A MEDICINALI

FARMACI ATTUALMENTE USATI

BREVETTI E CORSI DI SPECIALIZZAZIONE

Di _____ N° _____

Rilasciato il _____ Didattica _____

Di _____ N° _____

Rilasciato il _____ Didattica _____

Di _____ N° _____

Rilasciato il _____ Didattica _____

Di _____ N° _____

Rilasciato il _____ Didattica _____

Di _____ N° _____

Rilasciato il _____ Didattica _____

RIFERIMENTI PER LA COMPILAZIONE DELLE SCHEDE DI IMMERSIONE

METEO: Sereno — Velato — Coperto — Pioggia — Temporale

MARE: Calmo (0 - 5) - Quasi calmo (5 - 10) - Poco mosso
(10 - 50) - Mosso (50 - 125) (Altezza dell'onda in cm.)

CORRENTE: Assente - Leggera - Media - Forte

VISIBILITA': Ottima - Buona - Discreta - Scarsa - Pessima

NOTE: _____

PROCEDURE PER IL VOLO

Dopo immersioni singole in curva 12 ore

Dopo immersioni fuori curva o dopo più immersioni ripetitive per più giorni 24 ore

NORME PER LA SICUREZZA DELL'IMMERSIONE

- 1) **SOTTOPONITI** ogni anno a controlli medici specifici.
- 2) **NON ENTRARE IN ACQUA** se non sei in perfette condizioni psico-fisiche; se non sono passate 4 ore dal pasto e 2 ore da uno spuntino o se sei digiuno.
- 3) **CONTROLLA** l'efficienza dell'attrezzatura prima di ogni immersione.
- 4) **UTILIZZA SEMPRE:** jacket, manometro, profundimetro o computer, tabella, coltello, bandiera di segnalazione sulla boa o sulla barca, secondo erogatore. Utilizzando il computer subacqueo **E' CONSIGLIATO** l'uso di profundimetro e tabelle di immersione.
- 5) **PROGRAMMA SEMPRE** l'immersione in curva di sicurezza, **NON SUPERARE MAI** la profondità dei - 40 mt. **NON IMMERGERTI MAI** da solo e **LIMITA** la profondità al tuo livello di esperienza e di preparazione.
- 6) In risalita **RISPETTA** la velocità di 9/10 mt. al min., **NON TRATTENERE MAI** il respiro ed **EFFETTUA SEMPRE** una sosta cautelativa a 5 mt. per 3 min.
Rispetta sempre le indicazioni del tuo computer.
- 7) **PRIMA E DOPO** ogni immersione idratati correttamente e non effettuare sforzi.
- 8) **CONOSCI** l'ubicazione ed i numeri di telefono dei più vicini Centri Iperbarici e **NON FARE MAI** ricompressione terapeutica in acqua.
- 9) **EFFETTUA** la manutenzione ordinaria dell'attrezzatura ad ogni fine immersione ed **EFFETTUA OGNI ANNO** un controllo specifico e/o la revisione, presso un centro specializzato.
- 10) **MANTIENITI** in allenamento frequentando una piscina e/o una palestra ed immergendoti tutto l'anno.
- 11) **ACCRESCI** la tua esperienza e la tua preparazione frequentando una associazione subacquea e partecipando a corsi sub avanzati e di specializzazione.

www.oceanos.it

NOTE

www.oceanos.it

INSIEME ALLA SCOPERTA DEL MARE

www.okeanos.it

Data _____ Immersione N° _____ Gruppo _____
 Località _____ Intervallo Superficie _____ Tempo _____
 Scopo immersione _____ mt. _____
 Tipo immersione _____ Ora Inizio Profondità _____
 Cielo _____ Mare _____
 Corrente _____ Visibilità _____
 Temperatura Aria _____ C° - Acqua _____ C°
 Tipo di muta _____
 Bombola It. _____ Aria Nitrox COMPAGNI: _____
 Atm INIZIALI _____ Responsabile: _____
 Atm FINALI _____

Ore precedenti Di immersione	Tempo di immersione	Ore totali di immersione
------------------------------	---------------------	--------------------------

www.okeanos.it

Data _____ Immersione N° _____ Gruppo _____
 Località _____ Intervallo Superficie _____ Tempo _____
 Scopo immersione _____ mt. _____
 Tipo immersione _____ Ora Inizio Profondità _____
 Cielo _____ Mare _____
 Corrente _____ Visibilità _____
 Temperatura Aria _____ C° - Acqua _____ C°
 Tipo di muta _____
 Bombola It. _____ Aria Nitrox COMPAGNI: _____
 Atm INIZIALI _____ Responsabile: _____
 Atm FINALI _____

Ore precedenti Di immersione	Tempo di immersione	Ore totali di immersione
------------------------------	---------------------	--------------------------

Data	Immersione N°	Località	
Intervallo Superf.	Profondità mt.	Tempo Immersione	Tipo Immersione
Note			

Data	Immersione N°	Località	
Intervallo Superf.	Profondità mt.	Tempo Immersione	Tipo Immersione
Note			

Data	Immersione N°	Località	
Intervallo Superf.	Profondità mt.	Tempo Immersione	Tipo Immersione
Note			

Data	Immersione N°	Località	
Intervallo Superf.	Profondità mt.	Tempo Immersione	Tipo Immersione
Note			

Data	Immersione N°	Località	
Intervallo Superf.	Profondità mt.	Tempo Immersione	Tipo Immersione
Note			

Data	Immersione N°	Località	
Intervallo Superf.	Profondità mt.	Tempo Immersione	Tipo Immersione
Note			

Data	Immersione N°	Località	
Intervallo Superf.	Profondità mt.	Tempo Immersione	Tipo Immersione
Note			

Data	Immersione N°	Località	
Intervallo Superf.	Profondità mt.	Tempo Immersione	Tipo Immersione
Note			

Data	Immersione N°	Località	
Intervallo Superf.	Profondità mt.	Tempo Immersione	Tipo Immersione
Note			

Data	Immersione N°	Località	
Intervallo Superf.	Profondità mt.	Tempo Immersione	Tipo Immersione
Note			



Data _____ Immersione N° _____

Località _____

Scopo immersione _____

Tipo immersione _____

Cielo _____ Mare _____

Corrente _____ Visibilità _____

Temperatura Aria _____ C° - Acqua _____ C°

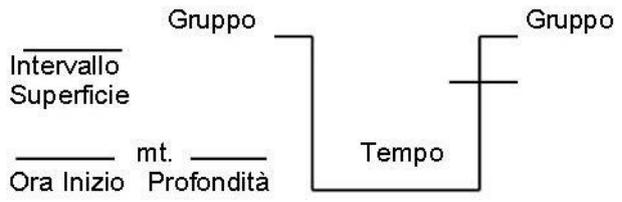
Tipo di muta _____

Bombola lt. _____ Aria Nitrox _____

 Atm INIZIALI _____

 Atm FINALI _____

Convalida



OSSERVAZIONI: _____

COMPAGNI: _____

Responsabile: _____

Ore precedenti Di immersione	Tempo di immersione	Ore totali di immersione
------------------------------	---------------------	--------------------------



Data _____ Immersione N° _____

Località _____

Scopo immersione _____

Tipo immersione _____

Cielo _____ Mare _____

Corrente _____ Visibilità _____

Temperatura Aria _____ C° - Acqua _____ C°

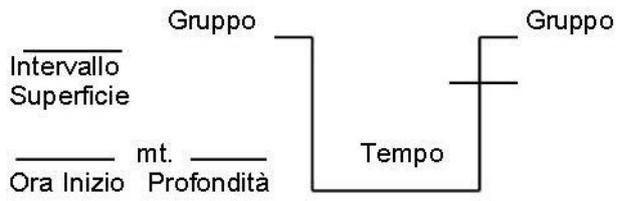
Tipo di muta _____

Bombola lt. _____ Aria Nitrox _____

 Atm INIZIALI _____

 Atm FINALI _____

Convalida



OSSERVAZIONI: _____

COMPAGNI: _____

Responsabile: _____

Ore precedenti Di immersione	Tempo di immersione	Ore totali di immersione
------------------------------	---------------------	--------------------------



Data _____ Immersione N° _____

Località _____

Scopo immersione _____

Tipo immersione _____

Cielo _____ Mare _____

Corrente _____ Visibilità _____

Temperatura Aria _____ C° - Acqua _____ C°

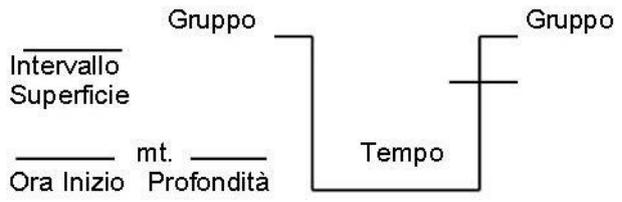
Tipo di muta _____

Bombola lt. _____ Aria Nitrox _____

 Atm INIZIALI _____

 Atm FINALI _____

Convalida



OSSERVAZIONI: _____

COMPAGNI: _____

Responsabile: _____

Ore precedenti Di immersione	Tempo di immersione	Ore totali di immersione
------------------------------	---------------------	--------------------------



Data _____ Immersione N° _____

Località _____

Scopo immersione _____

Tipo immersione _____

Cielo _____ Mare _____

Corrente _____ Visibilità _____

Temperatura Aria _____ C° - Acqua _____ C°

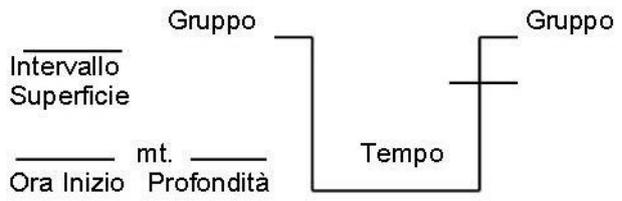
Tipo di muta _____

Bombola lt. _____ Aria Nitrox _____

 Atm INIZIALI _____

 Atm FINALI _____

Convalida



OSSERVAZIONI: _____

COMPAGNI: _____

Responsabile: _____

Ore precedenti Di immersione	Tempo di immersione	Ore totali di immersione
------------------------------	---------------------	--------------------------



Data _____ Immersione N° _____

Località _____

Scopo immersione _____

Tipo immersione _____

Cielo _____ Mare _____

Corrente _____ Visibilità _____

Temperatura Aria _____ C° - Acqua _____ C°

Tipo di muta _____

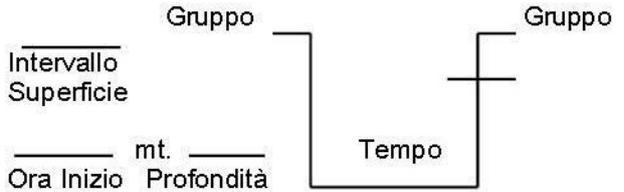
Bombola lt. _____ Aria Nitrox _____



Atm INIZIALI _____

Atm FINALI _____

Convalida



Intervallo Superficie

_____ mt. _____
Ora Inizio Profondità

OSSERVAZIONI: _____

COMPAGNI: _____

Responsabile: _____

Ore precedenti Di immersione	Tempo di immersione	Ore totali di immersione
------------------------------	---------------------	--------------------------



Data _____ Immersione N° _____

Località _____

Scopo immersione _____

Tipo immersione _____

Cielo _____ Mare _____

Corrente _____ Visibilità _____

Temperatura Aria _____ C° - Acqua _____ C°

Tipo di muta _____

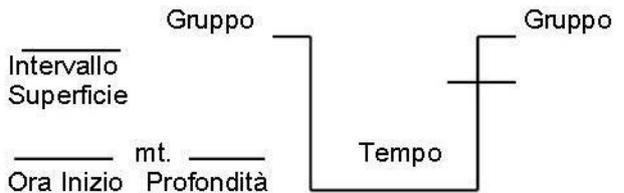
Bombola lt. _____ Aria Nitrox _____



Atm INIZIALI _____

Atm FINALI _____

Convalida



Intervallo Superficie

_____ mt. _____
Ora Inizio Profondità

OSSERVAZIONI: _____

COMPAGNI: _____

Responsabile: _____

Ore precedenti Di immersione	Tempo di immersione	Ore totali di immersione
------------------------------	---------------------	--------------------------



Data _____ Immersione N° _____

Località _____

Scopo immersione _____

Tipo immersione _____

Cielo _____ Mare _____

Corrente _____ Visibilità _____

Temperatura Aria _____ C° - Acqua _____ C°

Tipo di muta _____

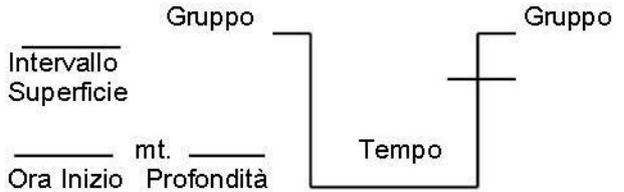
Bombola lt. _____ Aria Nitrox _____



Atm INIZIALI _____

Atm FINALI _____

Convalida



Intervallo Superficie

_____ mt. _____
Ora Inizio Profondità

OSSERVAZIONI: _____

COMPAGNI: _____

Responsabile: _____

Ore precedenti Di immersione	Tempo di immersione	Ore totali di immersione
------------------------------	---------------------	--------------------------



Data _____ Immersione N° _____

Località _____

Scopo immersione _____

Tipo immersione _____

Cielo _____ Mare _____

Corrente _____ Visibilità _____

Temperatura Aria _____ C° - Acqua _____ C°

Tipo di muta _____

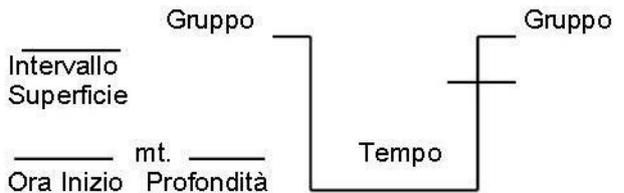
Bombola lt. _____ Aria Nitrox _____



Atm INIZIALI _____

Atm FINALI _____

Convalida



Intervallo Superficie

_____ mt. _____
Ora Inizio Profondità

OSSERVAZIONI: _____

COMPAGNI: _____

Responsabile: _____

Ore precedenti Di immersione	Tempo di immersione	Ore totali di immersione
------------------------------	---------------------	--------------------------



Data _____ Immersione N° _____

Località _____

Scopo immersione _____

Tipo immersione _____

Cielo _____ Mare _____

Corrente _____ Visibilità _____

Temperatura Aria _____ C° - Acqua _____ C°

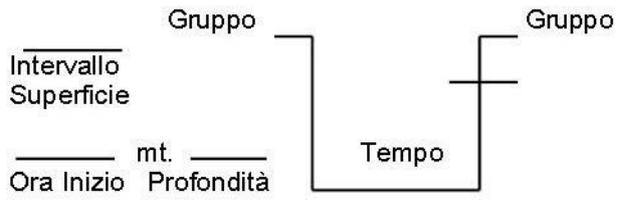
Tipo di muta _____

Bombola lt. _____ Aria Nitrox _____

 Atm INIZIALI _____

 Atm FINALI _____

Convalida



OSSERVAZIONI: _____

COMPAGNI: _____

Responsabile: _____

Ore precedenti Di immersione	Tempo di immersione	Ore totali di immersione
------------------------------	---------------------	--------------------------



Data _____ Immersione N° _____

Località _____

Scopo immersione _____

Tipo immersione _____

Cielo _____ Mare _____

Corrente _____ Visibilità _____

Temperatura Aria _____ C° - Acqua _____ C°

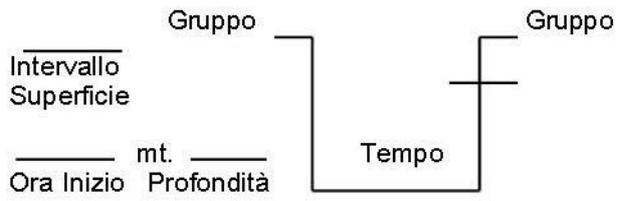
Tipo di muta _____

Bombola lt. _____ Aria Nitrox _____

 Atm INIZIALI _____

 Atm FINALI _____

Convalida



OSSERVAZIONI: _____

COMPAGNI: _____

Responsabile: _____

Ore precedenti Di immersione	Tempo di immersione	Ore totali di immersione
------------------------------	---------------------	--------------------------



Data _____ Immersione N° _____

Località _____

Scopo immersione _____

Tipo immersione _____

Cielo _____ Mare _____

Corrente _____ Visibilità _____

Temperatura Aria _____ C° - Acqua _____ C°

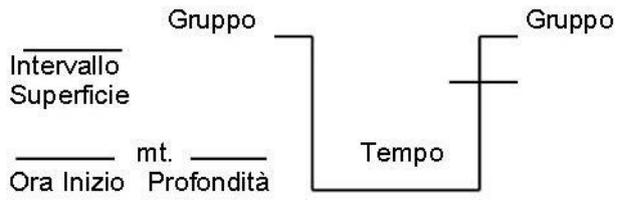
Tipo di muta _____

Bombola lt. _____ Aria Nitrox _____

 Atm INIZIALI _____

 Atm FINALI _____

Convalida



OSSERVAZIONI: _____

COMPAGNI: _____

Responsabile: _____

Ore precedenti Di immersione	Tempo di immersione	Ore totali di immersione
------------------------------	---------------------	--------------------------



Data _____ Immersione N° _____

Località _____

Scopo immersione _____

Tipo immersione _____

Cielo _____ Mare _____

Corrente _____ Visibilità _____

Temperatura Aria _____ C° - Acqua _____ C°

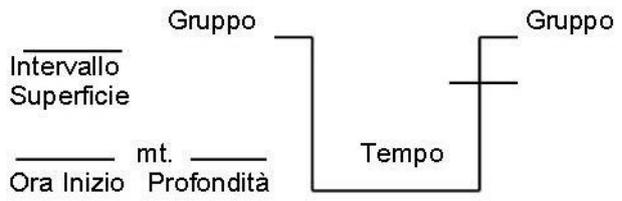
Tipo di muta _____

Bombola lt. _____ Aria Nitrox _____

 Atm INIZIALI _____

 Atm FINALI _____

Convalida



OSSERVAZIONI: _____

COMPAGNI: _____

Responsabile: _____

Ore precedenti Di immersione	Tempo di immersione	Ore totali di immersione
------------------------------	---------------------	--------------------------



Data _____ Immersione N° _____

Località _____

Scopo immersione _____

Tipo immersione _____

Cielo _____ Mare _____

Corrente _____ Visibilità _____

Temperatura Aria _____ C° - Acqua _____ C°

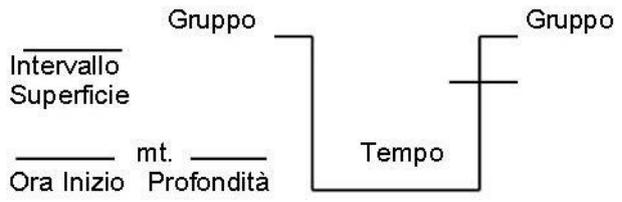
Tipo di muta _____

Bombola lt. _____ Aria Nitrox _____

 Atm INIZIALI _____

 Atm FINALI _____

Convalida



OSSERVAZIONI: _____

COMPAGNI: _____

Responsabile: _____

Ore precedenti Di immersione	Tempo di immersione	Ore totali di immersione
------------------------------	---------------------	--------------------------



Data _____ Immersione N° _____

Località _____

Scopo immersione _____

Tipo immersione _____

Cielo _____ Mare _____

Corrente _____ Visibilità _____

Temperatura Aria _____ C° - Acqua _____ C°

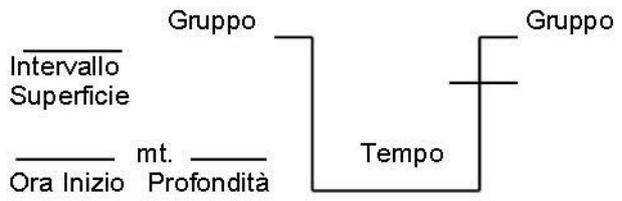
Tipo di muta _____

Bombola lt. _____ Aria Nitrox _____

 Atm INIZIALI _____

 Atm FINALI _____

Convalida



OSSERVAZIONI: _____

COMPAGNI: _____

Responsabile: _____

Ore precedenti Di immersione	Tempo di immersione	Ore totali di immersione
------------------------------	---------------------	--------------------------



Data _____ Immersione N° _____

Località _____

Scopo immersione _____

Tipo immersione _____

Cielo _____ Mare _____

Corrente _____ Visibilità _____

Temperatura Aria _____ C° - Acqua _____ C°

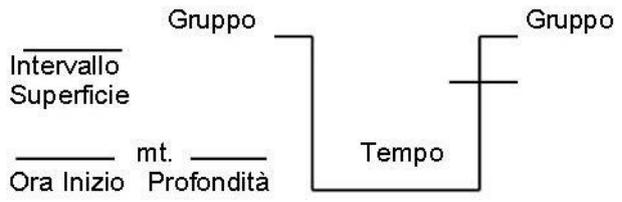
Tipo di muta _____

Bombola lt. _____ Aria Nitrox _____

 Atm INIZIALI _____

 Atm FINALI _____

Convalida



OSSERVAZIONI: _____

COMPAGNI: _____

Responsabile: _____

Ore precedenti Di immersione	Tempo di immersione	Ore totali di immersione
------------------------------	---------------------	--------------------------



Data _____ Immersione N° _____

Località _____

Scopo immersione _____

Tipo immersione _____

Cielo _____ Mare _____

Corrente _____ Visibilità _____

Temperatura Aria _____ C° - Acqua _____ C°

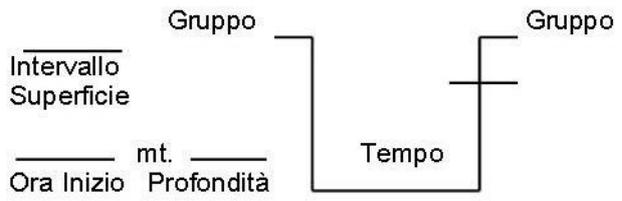
Tipo di muta _____

Bombola lt. _____ Aria Nitrox _____

 Atm INIZIALI _____

 Atm FINALI _____

Convalida



OSSERVAZIONI: _____

COMPAGNI: _____

Responsabile: _____

Ore precedenti Di immersione	Tempo di immersione	Ore totali di immersione
------------------------------	---------------------	--------------------------



Data _____ Immersione N° _____

Località _____

Scopo immersione _____

Tipo immersione _____

Cielo _____ Mare _____

Corrente _____ Visibilità _____

Temperatura Aria _____ C° - Acqua _____ C°

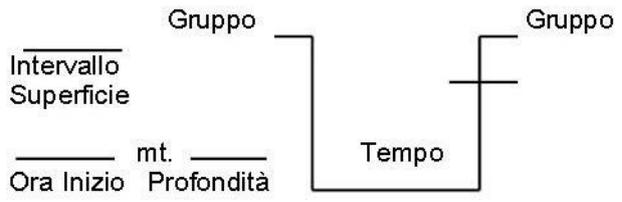
Tipo di muta _____

Bombola lt. _____ Aria Nitrox _____

 Atm INIZIALI _____

 Atm FINALI _____

Convalida



OSSERVAZIONI: _____

COMPAGNI: _____

Responsabile: _____

Ore precedenti Di immersione	Tempo di immersione	Ore totali di immersione
------------------------------	---------------------	--------------------------



Data _____ Immersione N° _____

Località _____

Scopo immersione _____

Tipo immersione _____

Cielo _____ Mare _____

Corrente _____ Visibilità _____

Temperatura Aria _____ C° - Acqua _____ C°

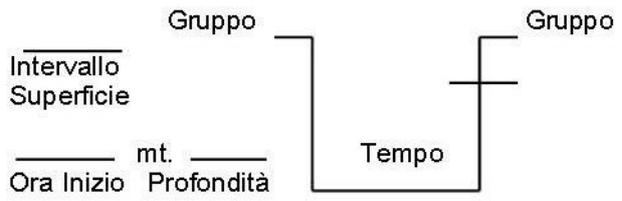
Tipo di muta _____

Bombola lt. _____ Aria Nitrox _____

 Atm INIZIALI _____

 Atm FINALI _____

Convalida



OSSERVAZIONI: _____

COMPAGNI: _____

Responsabile: _____

Ore precedenti Di immersione	Tempo di immersione	Ore totali di immersione
------------------------------	---------------------	--------------------------



Data _____ Immersione N° _____

Località _____

Scopo immersione _____

Tipo immersione _____

Cielo _____ Mare _____

Corrente _____ Visibilità _____

Temperatura Aria _____ C° - Acqua _____ C°

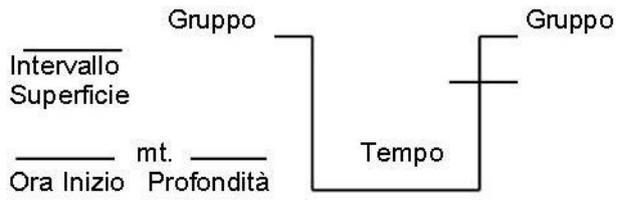
Tipo di muta _____

Bombola lt. _____ Aria Nitrox _____

 Atm INIZIALI _____

 Atm FINALI _____

Convalida



OSSERVAZIONI: _____

COMPAGNI: _____

Responsabile: _____

Ore precedenti Di immersione	Tempo di immersione	Ore totali di immersione
------------------------------	---------------------	--------------------------



Data _____ Immersione N° _____

Località _____

Scopo immersione _____

Tipo immersione _____

Cielo _____ Mare _____

Corrente _____ Visibilità _____

Temperatura Aria _____ C° - Acqua _____ C°

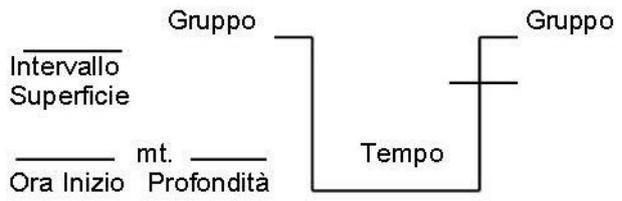
Tipo di muta _____

Bombola lt. _____ Aria Nitrox _____

 Atm INIZIALI _____

 Atm FINALI _____

Convalida



OSSERVAZIONI: _____

COMPAGNI: _____

Responsabile: _____

Ore precedenti Di immersione	Tempo di immersione	Ore totali di immersione
------------------------------	---------------------	--------------------------