

Special Event Futura Sea Sport



Settore Attività Subacquee

*Apnea - Pesca in Apnea - Tecniche
di Rilassamento e Meditazione*



9 - 12 GIUGNO 2022

ROSSANO CALABRO- COSENZA

Manifestazione di interesse Nazionale Attività Subacquee

infoline: pescainapneaitalia@gmail.com

3450326479





TUTTI IN APNEA Un tuffo al benessere!



UN VIAGGIO ALLA SCOPERTA DEL TUO EQUILIBRIO INTERIORE



Alla scoperta del mondo dell'apnea e della pesca in apnea per tutti gli apneisti che vogliono accrescere il proprio bagaglio tecnico ed affinare le tecniche di respirazione e meditazione yoga.

Programma:

- conoscenza delle misure di sicurezza e di primo soccorso in mare;
- approfondimento delle tecniche di meditazione e respirazione pranayama;
- cenni di biologia marina e politiche ambientali;
- mental coaching ed analisi di blocchi psicologici legati a paura della profondità, incapacità di compensare in quota, e le loro strategie risolutive;
- test in vasca dell'attrezzatura top di gamma del marchio italiano C4 Carbon vanto made in Italy nel mondo.



Per info e prenotazioni

pescainapneaitalia@gmail.com

3450326479



50 sfumature nel blu

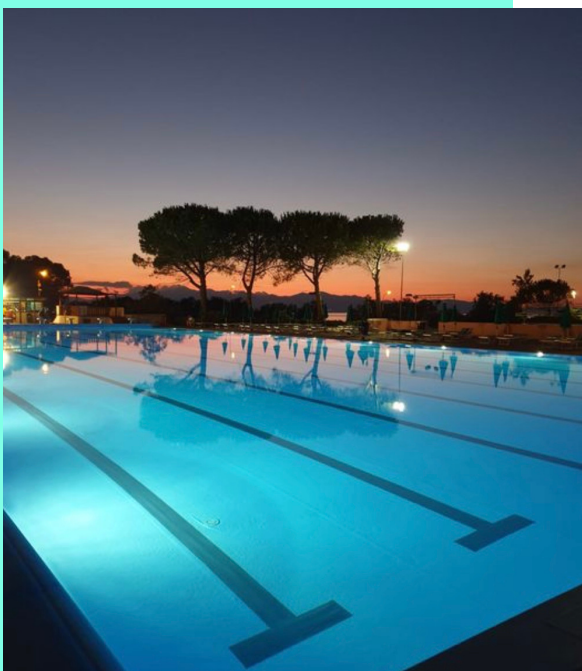


IL PACCHETTO COMPRENDE:

SISTEMAZIONE PRESSO **L'HOTEL**
****** FUTURA CLUB ITACA NAUSICAA**
IN PENSIONE COMPLETA 3GIORNI E 2
NOTTI E ASSICURAZIONE



- LEZIONI DI APNEA, TECNICHE DI PESCA IN APNEA, YOGA E MEDITAZIONE;
- YOGA CLASS ON THE BEACH;
- USCITE IN MARE;
- GARE IN PISCINA;
- QUESTION TIME CON OSPITI D'ONORE;
- ANGOLO "PARLA CON I CAMPIONI";
- MEETING TEORICO/PRATICI A TEMA;
- TEST ATTREZZATURA;
- MOMENTI DI RELAX E DIVERTIMENTO;
- POSSIBILITÀ DI PROVARE ALTRE DISCIPLINE ACQUATICHE E LO YOGAWATER;
- SPONSOR STAND A DISPOSIZIONE;
- RILASCIO DI ATTESTATO;
- PREMIAZIONE FINALE.



Posti limitati, affrettati!

Per info e prenotazioni

pescainapneaitalia@gmail.com

info@pescainapneaitalia.it

3450326479