

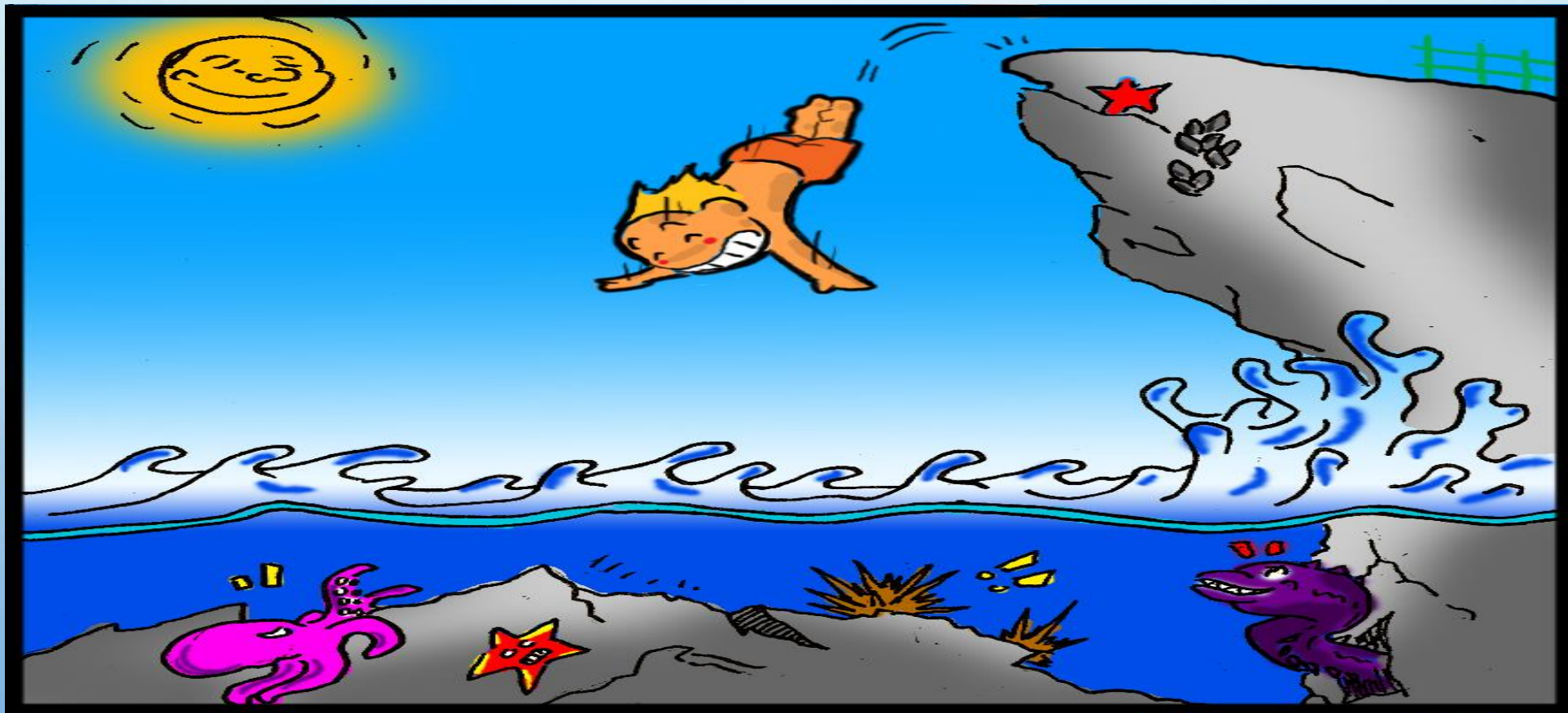


< I TUFFI >

A CURA DOTT. GIANLUCA GENOVALI

**SOCIETA' NAZIONALE SALVAMENTO
SEZ. FORTE DEI MARMI – VIAREGGIO MARE**

OCCHIO AI TUFFI





DEFINIZIONE DI TUFFO

IMMERSIONE RAPIDA IN ACQUA

TIPOLOGIE DI TUFFI

IN AMBITO SPORTIVO



I TUFFI SI ESEGUONO IN IMPIANTI PROGETTATI PER QUESTA DISCIPLINA SPORTIVA

**GLI ATLETI CHE PRATICANO QUESTO SPORT SONO AVVIATI ALLA
DISCIPLINA ATTRAVERSO TECNICI FEDERALI CON CORSI CHE
DURANO ANNI E SOLO DOPO POSSONO PARTECIPARE ALLE
VARIE COMPETIZIONI**

**IN DEFINITIVA ACQUISENDO IL PERFETTO SVOLGIMENTO DEL
GESTO TECNICO L'ATLETA AFFRONTA I VARI GRADI DI DIFFICOLTÀ**

PISCINA PER TUFFI



TIPOLOGIA DI TUFFI

IN AMBITO LUDICO



SONO IMPIANTI DEDICATI APERTI AL PUBBLICO

L'AREA DELLA VASCA DOVE VENGONO EFFETTUATI I TUFFI HA UNA PROFONDITÀ DAL FONDO ALLA SUPERFICIE NON INFERIORE A METRI 2

INOLTRE PER CONSENTIRE L'INGRESSO NELL' ACQUA IN SICUREZZA LA PISCINA È PROVISTA DI UN TRAMPOLINO FLESSIBILE

IN QUESTI IMPIANTI È SEMPRE PRESENTE UN REGOLAMENTO BEN VISIBILE DOVE SONO IMPARTITE PRESCRIZIONI ALL'UTENTE LEGATE ALLA SICUREZZA E IGIENE TRATTANDOSI DI LUOGHI PUBBLICI

È SEMPRE PRESENTE LA FIGURA DEL BAGNINO DI SALVATAGGIO

PISCINA PREDISPOSTA PER I TUFFI APERTA AL PUBBLICO



ATTENZIONE

NON CONFONDIAMO I BLOCCHI DI PARTENZA AL BORDO PISCINA

QUESTI NON SONO TRAMPOLINI MA BENSÌ PIATTAFORME RIGIDE PER ENTRARE IN ACQUA



TIPOLOGIA DI TUFFI

IN AREE NON DEDICATE



TUFFI IN AREE NON DEDICATE

IN AMBITO DI AREA NON DEDICATA IL TUFFO VIENE PRATICATO DA CHIUNQUE ANCHE SENZA NESSUNA NOZIONE DI SICUREZZA E SPESSO IN SITI DOVE ESISTONO DIVIETI (PENSIAMO AI MOLI, PONTILI, ECC)

LA PROBABILITÀ DI INCIDENTE È ALTISSIMA CON CONSEGUENZE GRAVI

LESIONI ALLA COLONNA VERTEBRALE E ALLA TESTA CHE POSSONO COMPORTARE

PARAPLEGIA : È LA CONDIZIONE IN CUI LA PARTE INFERIORE DEL CORPO DI UNA PERSONA È AFFETTA DA PARALISI MOTORIA E/O CARENZA FUNZIONALE

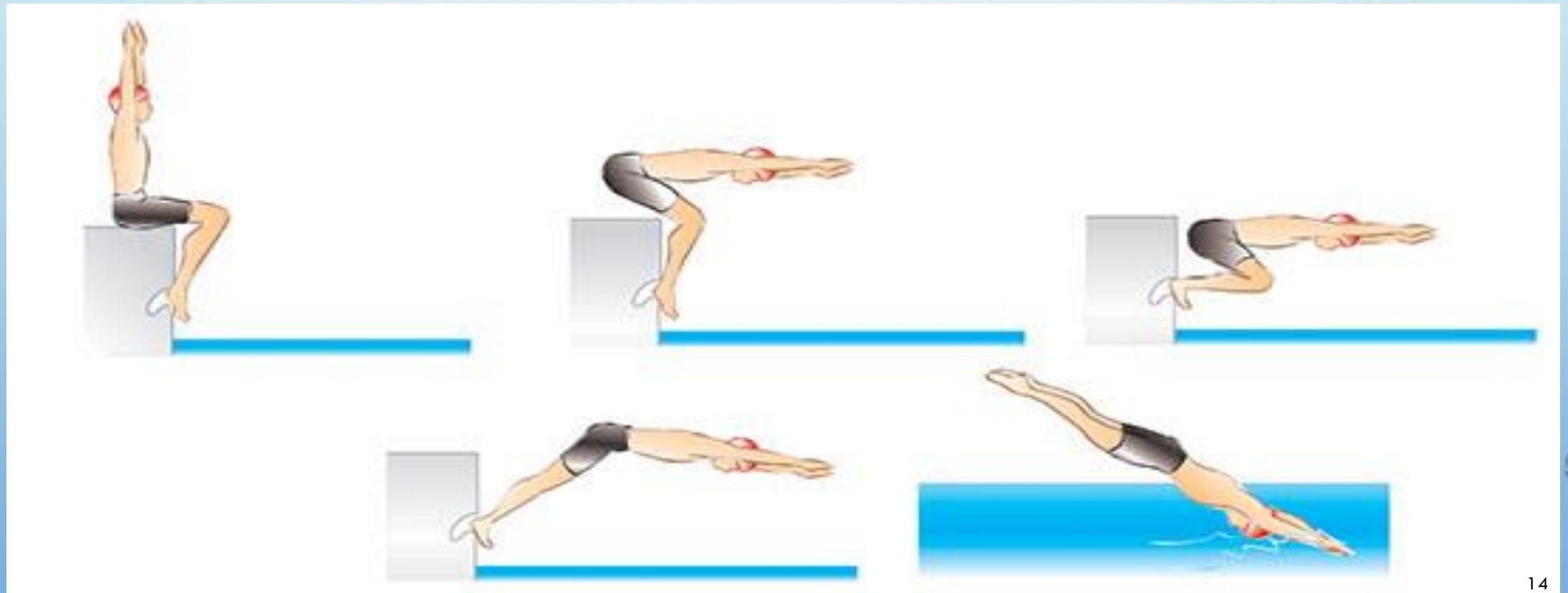
TETRAPLEGIA : È UNA PARALISI DEL DORSO E DEGLI ARTI CONSEGUENTE AD UN TRAUMA

MORTE : È LA CESSAZIONE DELLE FUNZIONI BIOLOGICHE CHE DEFINISCONO GLI ORGANISMI VIVENTI

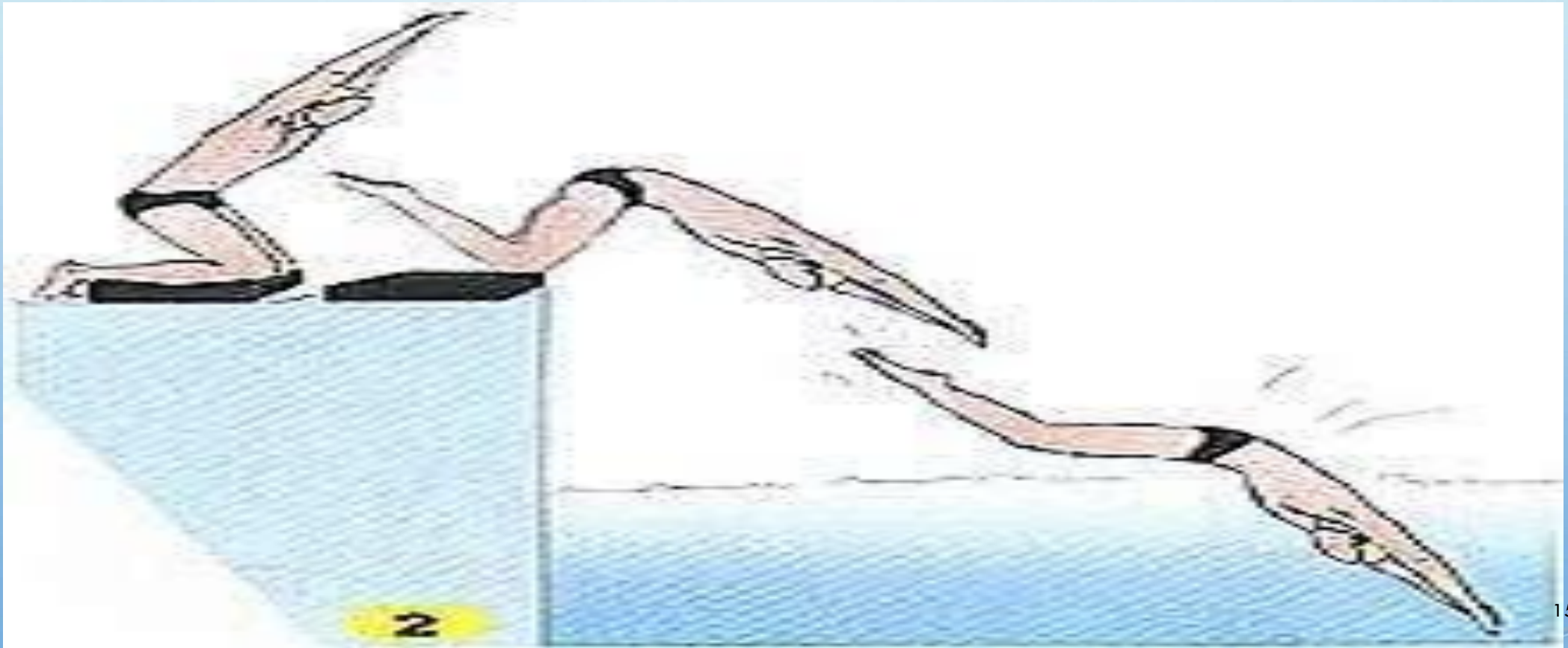
IMPARIAMO A TUFFARCI



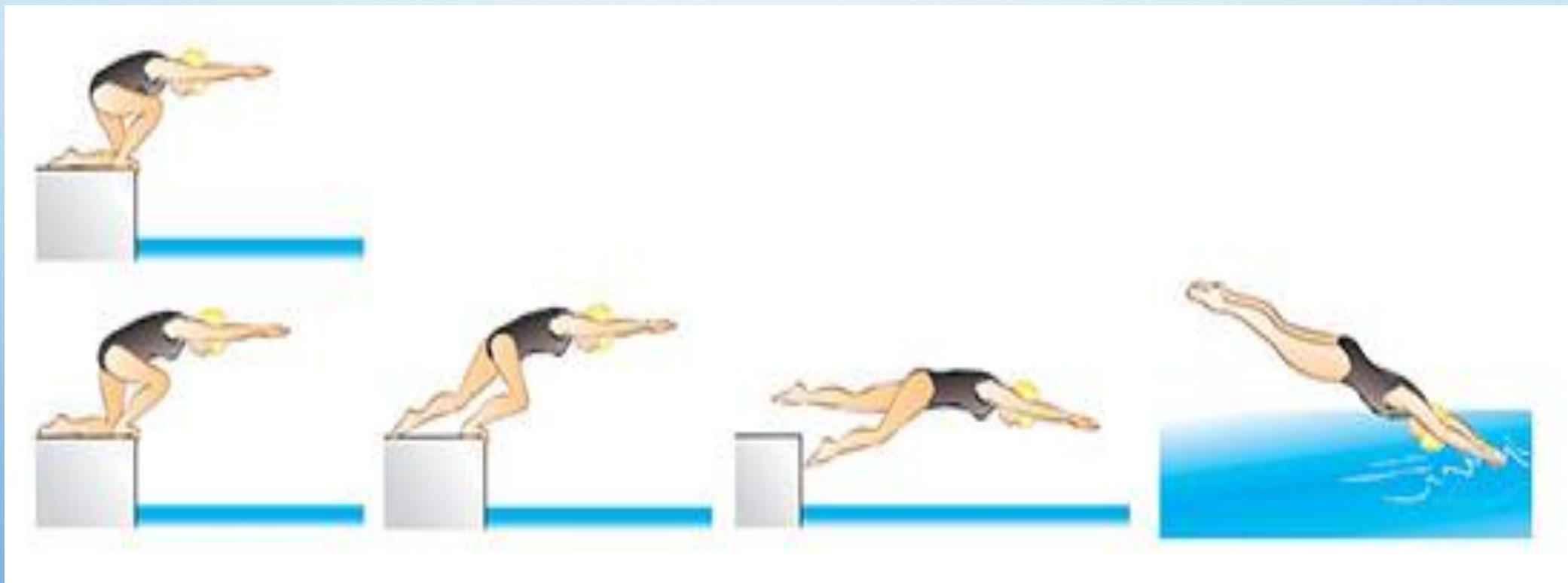
1° ESERCIZIO DA ESEGUIRE ALLA PRESENZA DI UN ISTRUTTORE



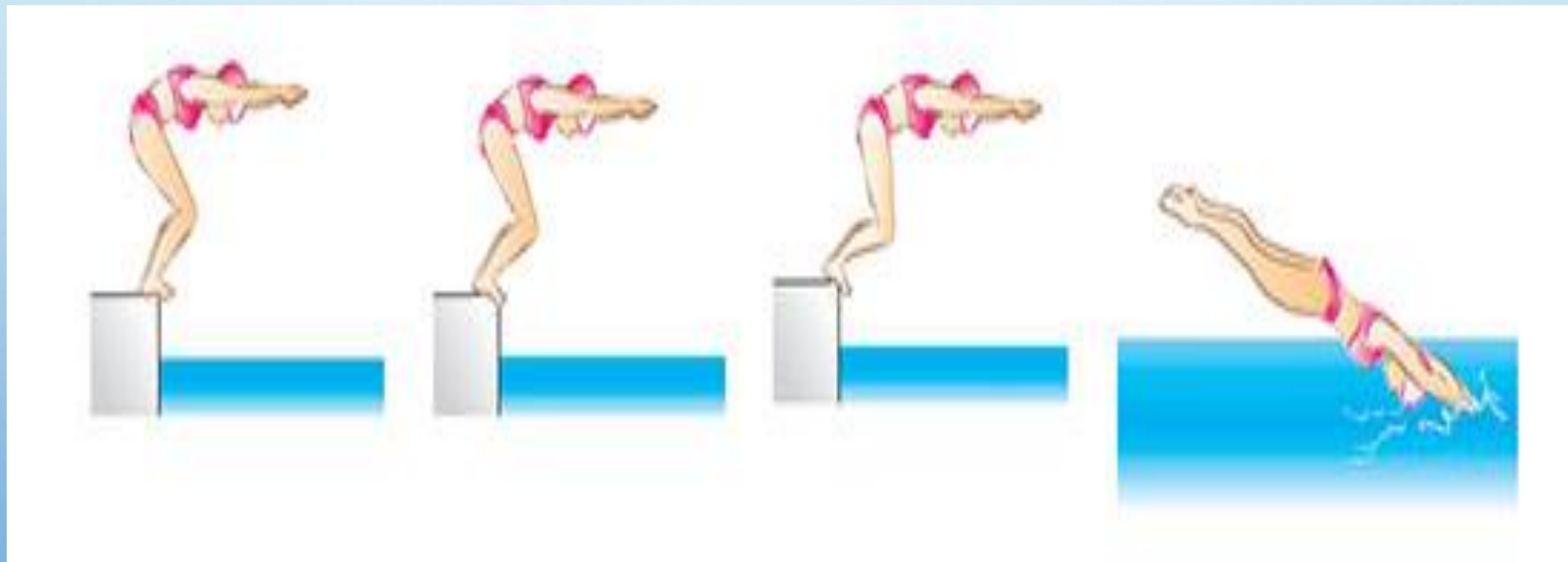
II° ESERCIZIO



III° ESERCIZIO



IV° ESERCIZIO



TUFFI NEI FIUMI E IN MARE

LA BALNEAZIONE NON È STRETTAMENTE CORRELATA AL MARE, MA DA DIVERSI ANNI LA POPOLAZIONE IN ITALIA PER FARE IL BAGNO FREQUENTA ALTRI SITI QUALI :

FIUMI

LAGHI

BACINI IDRAULICI

DATI STATISTICI FORNITI DAL MINISTERO DELLA SALUTE

N. 400 DECESSI PER ANNEGAMENTO ALL'ANNO DI CUI

N. 100 SI REGISTRANO IN MARE

**I RIMANENTI CASI AVVENGONO IN PISCINE PRIVATE, PUBBLICHE,
ACQUAPARK, FIUMI, LAGHI.**

**LE CAUSE DI ANNEGAMENTO NON SONO LEGATE SOLTANTO
ALL'INCAPACITÀ DI NUOTARE, MA ANCHE A FATTORI COME MALORI,
CONDIZIONI, METEO AVVERSE E INCIDENTI.**

LA BALNEAZIONE NEI FIUMI È UN FENOMENO SOCIALE

QUESTI FENOMENI CHE INTERESSANO INTERE COMUNITÀ NON POSSONO ESSERE A PRIORI VIETATI DA PARTE DELLE AMMINISTRAZIONI PUBBLICHE

I COMUNI DEVONO SVOLGERE UNA STRATEGICA INIZIATIVA DI INFORMAZIONE CAPILLARE PER RENDERE LA BALNEAZIONE IN QUESTI SITI PIÙ SICURA

ALCUNI COMUNI HANNO IL MERITO DI AVER ASSUNTO CONCRETAMENTE INIZIATIVE PER FORNIRE TUTTE LE NECESSARIE INDICAZIONI CHE IL CASO RICHIEDE

ALCUNE CONSIDERAZIONI SUGLI SPORT NEI FIUMI

RAFTING

CANOA

BOB FLUVIALE

KAYAK

TUTTE QUESTE DISCIPLINE NECESSITANO DI DISPOSITIVI DI PROTEZIONE INDIVIDUALE

CASCO



GIUBBOTTO SALVAGENTE



PER PRATICARE DISCIPLINE SPORTIVE BISOGNA GARANTIRE LA SICUREZZA



I TUFFI FUORI DAGLI IMPIANTI NATATORI SONO DI NORMA SEMPRE VIETATI

**MINISTERO DELLE INFRASTRUTTURE E DEI TRASPORTI
CAPITANERIA DI PORTO E CIRCONDARIO MARITTIMO DI
VIAREGGIO ORDINANZA N. 230/2009**

O R D I N A

ARTICOLO 3.E' VIETATO EFFETTUARE TUFFI IN MARE

INDICHIAMO ALCUNI ASPETTI IMPORTANTI PER UNA BALNEAZIONE IN SICUREZZA NEL FIUME

PRIMA REGOLA DI SICUREZZA RIGUARDA L'ABBIGLIAMENTO, COSA NON BANALE CONSIDERATO LA TIPOLOGIA DEL TERRENO AD ESEMPIO NEI PRESSI DEL TORRENTE

QUINDI INDOSSARE CALZATURE IDONEE CHE NON SONO CERTAMENTE LE CIA BATTE

LA TEMPERATURA DELL'ACQUA NON SUPERA MAI IN ESTATE I 12 ° E DATA TEMPERATURA DELL'ARIA CHE PUÒ ARRIVARE ANCHE A 40°, IMMERGERSI VELOCEMENTE PUÒ CAUSARE UNA SINCOPE DA IDROCUZIONE CON LA PERDITA IMMEDIATA DEI SENSI E CON RISCHIO DI ANNEGAMENTO

NON EFFETTUARE TUFFI ANCHE SE APPARENTEMENTE IL FONDALE RISULTA PROFONDO IN QUANTO L'ACQUA TRASPARENTE SPESSO ALTERA L'EFFETTIVA PROFONDITÀ

NORME DI SICUREZZA

NON EMULARE CHI EFFETTUA TUFFI PRIMA DI TE IN QUANTO NON SAI SE CONOSCE EFFETTIVAMENTE IL FONDALE OPPURE LO CONOSCE PERFETTAMENTE SAPENDO DOVE TUFFARSI

NON DEVI MAI ENTRARE IN ACQUA TUFFANDOTI DI TESTA, IN QUANTO È LA PARTE PIÙ ESPOSTA DEL TUO CORPO IN CASO DI URTO CONTRO UNA ROCCIA

TIENI SEMPRE A PORTATA DI MANO IL CELLULARE RICORDATI CHE IL NUMERO DELL'EMERGENZA È 118. PRESTO DIVENTERÀ 112

NORME DI SICUREZZA

NON AVERE TIMORE

SE RILEVI COMPORTAMENTI DA PARTE DI ALTRI RAGAZZI MOLTO RISCHIOSI PER LA SALUTE, ADOPERATI PER FARE OPERA DI INFORMAZIONE SUI PERICOLI

AL CENNO DI UN PICCOLO MALORE ESCI O FAI USCIRE IMMEDIATAMENTE DALL'ACQUA

IN CASO DI TEMPORALE O DI TUONI ANCHE LONTANI ABBANDONA O FAI ABBANDONARE IMMEDIATAMENTE IL FIUME

RACCOMANDAZIONI

LASCIATE IL FIUME SENZA ABBANDONARE RIFIUTI

RISPETTATE L'AMBIENTE CHE VI HA FATTO TRASCORRERE

UNA BELLISSIMA GIORNATA