

MAGAZYN NURKOWY

Nuras.info

Na dziecku
nurkowanie się nie kończy

**Cała prawda
o Egipcie**

W numerze:

Zatopione skarby Bałtyku

Filipińska Malapascua

Hipotermia

Nurkowania techniczne na Malcie

Zanurzenie w Tatrach

Nurkowanie owadów

Instruktor

Od redakcji

Oddajemy w Wasze "ręce" pierwszy numer magazynu Nuras.info z nadzieją, że zainteresuje Was przynajmniej część zawartych w nim materiałów. Zapewne wiele osób zada pytanie "po co?" Nuras.info, to obok od lat prężnie działającego Forum Nuras, kolejna inicjatywa zmierzająca do rozpowszechniania tego wspaniałego sportu. Cieszący się coraz większą popularnością Maraton Filmów Nurkowych i szybko rosnąca liczba aktywnych forumowiczów potwierdza potrzebę zintegrowania dynamicznie rozwijającego się środowiska nurkowego. Dzięki takiej możliwości młodzi adepci tej wymagającej dyscypliny mogą czerpać cenną, popartą doświadczeniem wiedzę od nurkujących zapaleńców z kilkunasto lub nawet kilkudziesięcioletnim stażem. Magazyn jest otwarty dla wszystkich. Nie będzie tu podziałów regionalnych, kulturowych, środowiskowych czy też zależnych od organizacji w jakiej się szkolili. Nuras.info to miejsce, gdzie możecie podzielić się swoimi doświadczeniami, przygodami, zainspirować zdobywców podwodnego świata do odwiedzenia ciekawego zakątka lub zaproponować nowe spojrzenie na miejsca dobrze już znane.

Z ogromnym zainteresowaniem czekamy na Wasze opowiadania o niezwykłych przeżyciach, odnalezionych skarbach, sekretnych spotkaniach z syrenami, na sprawozdania z sytuacji mrozących krew w żyłach, a także relacje z nurkowych imprez na lądzie. Wszystkie postaramy się zamieścić na łamach magazynu. Poza miejscami niewątpliwie budzącymi zachwyt, lecz niestety odległymi, dla wielu nie tylko w sensie kilometrów, zwrócimy uwagę na tereny dużo nam bliższe, równie ciekawe i warte zobaczenia. Nie bez powodu Wielkie Jeziora Mazurskie znalazły się w finale konkursu Nowe 7 Cudów Natury. O ostateczny sukces Mazury walczą w doborowej stawce, w której znalazły się obok nich tak magiczne miejsca jak: Wyspy Galapagos, Komodo, Zatoka Milforda, Salto del Angel, Klify Moher, Malediwy, Zatoka Fundy, Morze Martwe, Wielka Rafa Korallowa, Zatoka Halong. Konkurencja była ogromna, ponieważ w walce o prestiżowe miano jednego z najciekawszych miejsc świata, udział brało aż 261 propozycji.

Przy okazji propagowania nurkowania poruszymy bardzo istotny problem ochrony środowiska. Przypominać będziemy o tym, że człowiek mimo, że zanurza się coraz głębiej i głębiej, wciąż w wodzie jest tylko gościem, najczęściej niezwykle przyjaźnie przyjmowanym przez jej mieszkańców.

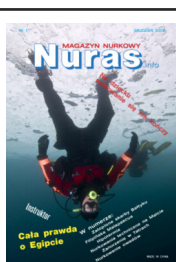
W dobrym tonie jest więc poznanie i respektowanie zwyczajów tam panujących do czego gorąco będziemy zachęcać.

Zanim zapadła decyzja o publikacji magazynu w wersji cyfrowej poprosiliśmy znajomych związanych ze środowiskiem nurkowym o opinię czy jest sens takiego przedsięwzięcia, wszyscy zgodnym chórem stwierdzili, że tak. W związku z tym, że Nuras.info powstał specjalnie z myślą o Was, jesteśmy otwarci na dalsze sugestie oraz propozycje dotyczące między innymi zagadnień, o których chcielibyście czytać lub pisać. Mamy nadzieję towarzyszyć Wam w planowaniu podwodnych ekspedycji, zdobywaniu nowych umiejętności i wspierać w sięganiu coraz głębiej. Liczymy na to, że znajdziecie tu odpowiedzi na większość nurtujących pytań. Może skłonimy Was do zadawania sobie i nam kolejnych?

Zapraszamy do lektury

Spis treści

Tralowiec Vs 304 ex „Munin”	3
Szyte na miarę potrzeb	5
Filipińska Malapascua	6
Doskonała Pływalność	10
Egipt - nie wszystko mi się podoba	12
Sześćdziesiąt, a może więcej	14
Hipotermia	15
Nurkować każdy może!	17
Thistlegorm szabrowany?	17
Nurkowanie techniczne na Malcie	19
Zapraszamy na film	23
Zanurzenie w Tatrach	24
Nurkowanie owadów	26
Konkurs	28
Idzie zima zła - memento	28
Od „Dugonga” do „Schleswiga”	30
Mój pierwszy raz	33
BALTIC TECH	35
Vento Project 2010	35
Instruktor	36
Na dziecku nurkowanie się nie kończy	37



Nuras.info redaguje: Radosław Bizon radek@nuras.info, Jacek Kurzątkowski jacek@nuras.info, Wojciech Zgoła wojtek@nuras.info, Dariusz Smosarski darek@nuras.info

Za treść artykułów odpowiadają autorzy. Redakcja zastrzega sobie prawo adiustacji i skracania tekstów oraz zmiany tytułów. Nie ponosimy odpowiedzialności za treść ogłoszeń. Przedruki i kopiowanie wyłącznie za zgodą zespołu redakcyjnego. Wszelkie prawa zastrzeżone. Publikacja reklamy niekoniecznie oznacza poparcie dla produktu czy usługi.

Artykuły i zdjęcia można przysyłać na adres redakcja@nuras.info

Magazyn w pełnej rozdzielczości można pobrać ze strony www.nuras.info

Zatopione skarby Bałtyku

Trałowiec Vs 304

ex „Munin”

Jacek Madejski

Położenie: GPS: N 54°36'06,8", E 18°47'26,2"
Na wysokości portu Marynarki Wojennej na Półwyspie Helskim, na głębokości ok. 40 metrów spoczywa jeden z najbardziej znanych wraków Zatoki - wrak niemieckiego trałowca.

Statek ten został zamówiony jako trawler rybacki (S/fi Fischdampfer) o nazwie Ditmar Koel w stoczni H.C. Stulcken Sohn w Hamburgu, numer budowy 491, przez firmę Hansa HF. Tocząca się I Wojna Światowa była powodem przejmowania statków cywilnych na potrzeby niemieckiej Marynarki Wojennej. Także i ten nowo budowany kadłub został przejęty przez KaiserlicheMarine w dniu 08.12.1915. Budowa postępuje szybko.

Zwodowany zostaje już trzy miesiące później (22.03.1916) w stoczni H.C. Stulcken Sohn w Hamburgu. Od lipca tego roku pływa w 1 Handelschutz Flotille. Następnie w wyniku zmian organizacyjnych jest przydzielony do 2 Hfl (Halfflotilla do końca 1917 r., a później do 9 Geleit Flotille (1918 r.).

Załodze udaje się szczęśliwie przetrwać do końca działań wojennych. Po wojnie zwrócony właścicielom. Od kwietnia 1919 jako trawler Ditmar Koel pływa dla Hansa HF, pod oznaczeniem HH 68, później 12.05.25 z



oznaczeniem SD 147. W 1927 w wyniku przebudowy zostaje przedłużony, uzyskując wyporność 268 BRT. Od 14.01.1931 otrzymuje oznaczenie HC 228. W 1936 roku przygotowania Niemiec do wojny idą pełną parą. Historia zatacza krąg i statek ponownie staje się okrętem wojennym. 08.09.1937 otrzymuje przeznaczenie jako pomocniczy okręt trałowcy (Hilfsminensuchboot) i otrzymuje nazwę „Munin”.

Niedługo później, w 1938 przebudowany zostaje na okręt szkolny. Przydzielony od 01.04.1939 do Naczel-



nego Dowództwa Obrony Bałtyku (BSO), oznaczony następnie w 10.1942 - DPr 07 i od 01.10.1943 - Vs 304. Pod tym oznaczeniem pływa w 3 Flotyli Zabezpieczającej, której dowódcą do końca wojny był kpt. Palmgren. I znowu prawie się udało, ale jak wiemy prawie czyni wielką różnicę. 18 marca, tuż przed końcem działań wojennych na Wybrzeżu, zatonął po kolizji na redzie portu Hel. Nawet w nieszczęściu, szczęście nie opuszcza załogi. To ona opuszcza okręt – bez strat.

Ostatecznej identyfikacji dokonał w 2007 r. Mariusz Makara. To dzięki jego żmudnej pracy możemy z całą pewnością nazwać wrak Trałowiec Vs 304 ex Munin.

Tyle historii. Jesteśmy na pozycji. Wkrótce docieramy do bojki opustówki. Zanurzamy się. Powoli woda staje się coraz ciemniejsza. Zapalamy latarki. Po chwili w ich świetle pojawia się bryła okrętu. Stoi na równej stępcie z lekkim przechyłem na lewą burtę. Wzdłuż niej dostrzegamy usypany wał z piasku. Dno w tym miejscu osiąga głębokość ok. 40 m. Na dziobie doskonale zachowane działko okrętowe 105 mm. Lufa cały czas pozostała w pozycji gotowej do podjęcia walki. Działko osłonięte jest wieżyczką z trzech stron. Z tyłu możemy podziwiać zamek działka. To z pewnością najbardziej fotografovany fragment okrętu. Za nim pozostałości podstawy działka przeciwlotniczego. Płyniemy dalej w stronę dziobu. Pokład osiąga w tym miejscu 37 metrów głębokości. Tu możemy podziwiać dobrze zachowaną podstawę trału dziobowego. Na prawej burcie pozostała kotwica. Zawracamy wzdłuż burty w stronę śródkręcia. Wkrótce docieramy do wysokiej bryły. Ciemne kwadraciki okien sugerują, że to zabudowa nadbudówek. Zaglądamy do środka. Widok zapiera dech w piersiach. W przestronnym pomieszczeniu widzimy pogrążone w



mule, doskonale zachowane drewniane koło sterowe, niezwykle urokliwe balkoniki z drewnianym poręczami. Ich gładkie, pozbawione skorupiaków powierzchnie sugerują, że jest to miejsce bardzo popularne wśród nurków. Zastanawiające jak w kwadratowych okienkach pozostały jeszcze szyby.

Drzwi uchylone, zdają się zapraszać do środka. Niestety penetracja wnętrza jest poważnie utrudniona przez piasek w nich zalegający. Wkrótce wysoka nadbudówka przechodzi gwałtownie w niską, ciągnącą się aż do rufy. W tym fragmencie wraku najbardziej rzuca się w oczy chaos splątanych lin, bębnow, skrzyń, skrzyneczek oraz całej masy drobnego wyposażenia.

Z większych, charakterystycznych elementów odnajdziemy podstawę pod łódź ratunkową oraz podstawę pod rufowe działko przeciwlotnicze. Powoli wracamy do opustówki.

Z uwagi na głębokość nurkowania przekraczającą 30 metrów, oraz średni czas pobytu ok. 30 minut należy się liczyć z dekompresją. Zestaw dwubutlowy oraz suchy skafander to podstawowe wyposażenie bez którego nie należy nurkować na wraku trałowca. Biorąc pod uwagę liczne, pozbijane sieci, tradycyjne już rozmaite woblery i kotwiczki nie można zapomnieć o narzędziach tnących. Z uwagi na usytuowanie i bliskość portu warunki na wraku są bardzo nieprzewidywalne. Widoczność może zbliżyć się do 10 metrów, lecz gdy macie pecha może spaść nawet poniżej 1 metra. Zdecydowanie nie jest to wrak dla początkujących pletwonurków

Bliskość portu, zachowanie wraku, w zasadzie w całości, piękna wieża działowa, zachowany ster – wszystkie te elementy sprawiają, że wrak trałowca Vs 304 ex Munin jest jednym z najchętniej odwiedzanych wraków.

Jacek Madejski



Dane techniczne Vs 304:

- * Wyporność: 286 BRT
- * Wymiary: długość 41,52 m między pionami, szerokość całkowita 7,38 m; zanurzenie 2,9 m
- * Prędkość maksymalna 9 kts
- * Zasięg: 2000 Mm/14 w
- * Uzbrojenie:
 - o 1 działko okrętowe kaliber 105 mm (Sk – Schiffskanone)
 - o 1 działko przeciwlotnicze kaliber 37 mm
 - o 2 działka przeciwlotnicze kaliber 20 mm
- * Załoga: 51 ludzi.
- * Napęd:
 - o Jedna trzy cylindrowa, trój stopniowa maszyna z jedno cylindrowym kotłem,
 - o jedna czteropłatowa śruba o średnicy 2,60 m.

Bazy i łodzie:

1. m/y Nitrox
www.wraki.eu, www.mynitrox.pl
Radosław Bizoń
tel. 0 506 108 901
2. Bałtycka Baza Nurkowa „Litoral”
Łódź: „Litoral”
www.bazanurkowa.com
Wojciech Jechna 0 505 027 183
3. Centrum Nurkowe „Aquarius”
Łódź: M/Y Nurek Hel do 12 nurków
Ponton Archi do 5 nurków
www.divingpoland.com
Paweł Golik 0 606 300 706,
Magdalena Kalenik 0 606 300 706
4. Baza Nurkowa Jastarnia
Łódź M/Y Formoza do 8 nurków
Andrzej Sala 0 604 777 383
5. Ośrodek Szkolenia Ratunkowego w Gdyni
Łódź M/Y Sztorm. Do 10 nurków
Leszek Więckowski 0 608 155 136
6. Baza Nurkowa „Hel”
Łódź: M/Y Helski Nurek
www.nurek.org
Waldemar Popowski 0 604 294 009
7. Gdyńska Baza Nurkowa
Łódź „Heliox”
www.bazanurkowa.pl
Sebastian Popek - 0 505 050 740.
Tomek Stachura - 0 693 418 032,
Mariusz Makara 0 601 250 790

Szyte na miarę potrzeb

Wywiad z Krzysztofem Sawańskim, przedstawicielem firmy Eques.

Jacek Kurzątkowski - Krzysztof znamy się wiele lat i ściśle współpracujemy ze sobą, choć widzieliśmy się tylko raz w życiu. Jednak tego spotkania nigdy nie zapomnę. Zaimponował mi sposób w jaki myślisz o reprezentowanej przez siebie firmie, sposób w jaki analizujesz potrzeby nurków. Jesteś również bardzo znany w środowisku ze swego niezwyklego podejścia do produktów firmy Eques. Czy mógłbyś przybliżyć ten sposób rozumowania naszym czytelnikom?

Krzysztof Sawański (Eques) - *To bardzo trudne pytanie. Nasze doświadczenia są wynikiem wielu lat obserwowania potrzeb nurków. Na tej podstawie opracowaliśmy bardzo unikalne podejście do naszych produktów. Jeśli chodzi o suche skafandry to uważamy, że ich całkowita wartość jest wypadkową trzech wymiarów: rodzaju użytego materiału, rodzaju konstrukcji oraz systemu opcji.*

Ta logika "wymiarowania" pozwala uwzględniać zróżnicowane potrzeby użytkowników. Na podstawie wieloletniej analizy pytań zadawanych przez użytkowników przy wyborze suchego skafandra można określić pryzmat, poprzez który są oceniane skafandry. Pryzmat ten wygląda jak trójkąt, gdzie każdy z wierzchołków oznacza wybrane kryterium - cechę naczelną. Co najważniejsze cechy te wzajemnie się wykluczają lub nie występują razem w danym modelu skafandra.

JK - Czy mógłbyś dać przykład takiego pryzmatu?

KS - *Bardzo proszę. Wyobraźcie sobie klienta, który chciałby skafander lekki (nylon), bardzo wytrzymały (cordura) oraz posiadający właściwości izolacyjne jak neopren.*

JK - Faktycznie. Nie do pogodzenia.

KS - *Pozornie. Powyższy pryzmat ukazuje zasadę "albo-albo" w doborze skafandra, co nie jest optymalne dla nurka. Dlatego opracowaliśmy modele łąjące ten stereotyp. Pierwszym przykładem może być skafander zmiksowany. Jest to połączenie poliestru i cordury w miejscach newralgicznych. Dedykujemy go nurkom specjalizującym się w penetracji wraków. Skafander ten jest lżejszy od skafandra wykonanego w całości z cordury, a jednocześnie posiada podwyższoną wytrzymałość dzięki wstawkom z cordury.*

JK - Czyli mieć ciastko i zjeść ciastko...

KS - *Dokładnie! Zachęceni tym sukcesem wyprodukowaliśmy kolejne modele skafandrów tym razem wykonane z nylonu w połączeniu ze wstawkami z cordury, zarówno w modelach standardowych, jak i dedykowanych do nurkowania wrakowego. Nylon jako najlżejszy materiał zapewnia bardzo dużą manewrowość, zaś wstawki z cordury podwyższają jego wytrzymałość.*

JK - Czy takie podejście można też zaprezentować w stosunku do innych cech suchych skafandrów?

KS - *Właśnie tak. Dobrym przykładem jest kolejna innowacja materiałowa w zakresie neoprenu skompresowanego. Mam na myśli wprowadzenie do modelu Nuno*

odmiany neoprenu najnowszej generacji używanego w technologii kosmicznej NASA. Nowsza wersja modelu Nuno posiada parametry techniczne w zakresie termiki i rozciągliwości przewyższające kilkakrotnie parametry charakterystyczne dla standardowego neoprenu skompresowanego.

JK - A jak wygląda Wasze podejście do samej konstrukcji suchych skafandrów?

KS - *Tu koncentrujemy się na trzech punktach. Pierwszy to system zamków suchych z tyłu i przodu, przy czym z przodu linia zamku może przebiegać zarówno po łuku jak i w poziomie. Pozwala to zaspokoić różne preferencje klientów, związane z ubieraniem skafandra. Druga sprawa to system magazynu powietrza w skafandrach trilateralowych w części torsu przy jednoczesnym dopasowaniu rękawów i nogawek. Ułatwia to w dużej mierze kontrolowanie przepływu powietrza w skafandrze i tym samym poprawia pływalność. Magazyn powietrza jest możliwy dzięki celowemu zabiegowi dodania obwodu w części torsu skafandra. Wreszcie trzeci aspekt to system linii kroju, dedykowany dla wersji skafandrów wrakowych. Uwzględnia on specyfikę ruchu w tych trudnych nurkowaniach.*

JK - Teraz rozumiem, dlaczego zarówno Nuno Gomez jak i Krzysztof Starnawski nurkują w Waszych skafandrach. Szczerze mówiąc i ja używam kilkunastu suchych skafandrów Equesa. Ostatnio miałem też możliwość, dzięki Twojej uprzejmości, testować skafander nylonowy. Wykonałem w nim kilkadziesiąt nurkowań na wrakach Abu Nuhas. Zaufałem Twoim informacjom i bez obaw wpływałem w najciaśniejsze dziury.

Dziękuję za wywiad.



Filipińska Malapascua

Jak to w czasie podróży do dalekich zakątków, droga bywa długa i męcząca. Warto się jednak napocić przy odprawie bagaży, szczególnie tych z nadwagą, by zobaczyć na własne oczy cuda jakie stworzyła Natura.

Archipelag ponad 7000 wysp Filipin, rekompensuje z nadwyżką podjęty trud.

Część naszej 16-to osobowej grupy leciała z Warszawy przez Londyn, reszta zaś przez Frankfurt. Nocleg w Singapurze i przelot do miasta Cebu, na filipińskiej wyspie o tej samej nazwie, podkreślał, już na całego, atmosferę kolejnej przygody nurkowej.



pierwsze spojrzenia przez okno busa Cebu

Wymieniliśmy trochę dolarów na miejscowa walutę i czekającymi już na nas busami, ruszyliśmy w kilkugodzinną podróż na wybrzeże. Czekaliśmy jeszcze przepłynięcie trimaranem do docelowego miejsca. Mieliśmy tu spędzić najbliższe 5 dni.

Rejs trwał niecałą godzinę. Było już ciemno, a w odali, na atramentowym niebie, błyskały pioruny. Filipińczycy, załoga łajby, jakby tego w ogóle nie zauważała. Wilgotność powietrza jest potwornie wysoka. Dopływamy. Nasze stopy wreszcie dotknęły białego piasku małej wyspy Malapascua.

Z Centrum Nurkowego SeaExplorers do kwatery było zaledwie 50 m. Po wypiciu powitalnych, zimniutkich drinków, można było wziąć prysznic. Okazało się, że woda jest dostępna tylko w temperaturze +/- 30 st. C i do tego tylko słońce. Na to wszystko, od 9.30 do 17.30 na całej wyspie wyłączony jest prąd :)

Zapowiadało się ciekawie!

Pomimo zmęczenia, nie mogłem doczekać się po-



pierwszy poranek na wyspie Malapascua

ranka. Słabo spałem w nowych warunkach.

Alarm z komórki dał znać, że trzeba wstać. Wyszedłem by spojrzeć na tę rajska wyspę za dnia. Błękitne niebo przysłaniały postrzępione liście wysokich palm kokosowych. Morze było spokojne, a biały piasek zdawał się być przesypany tutaj z kolorowych folderów, jakimi wabią nas biura podróży.

Niestety było parno, a nasze organizmy nie przystawiały się jeszcze na tutejsze warunki klimatyczne.

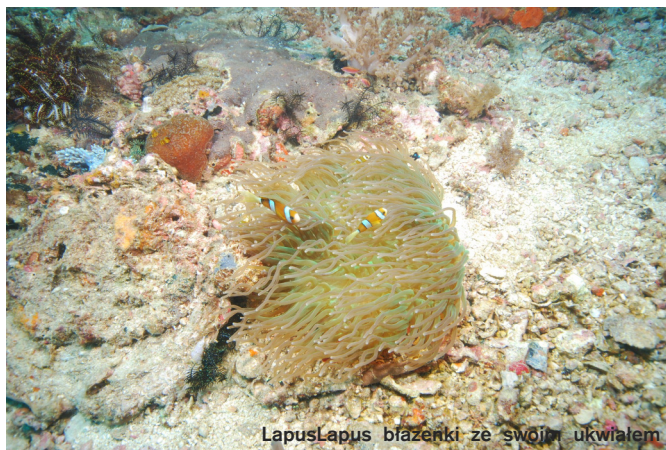
Zjedliśmy pierwsze, filipińskie śniadanie, nasycone nutką niemieckiej europejskości, gdyż właścicielem re-sortu był Niemiec.

Poszliśmy na wyczekiwanego, pierwszego nurka. Długo to wszystko trwało, bo trzeba było spisać dane, pożyczyć brakujący sprzęt, itp.

Miejscem od którego zaczęliśmy było Lapus Lapus. Później wracamy jeszcze do niego po dwóch dniach. Ma być light-owo, bo w końcu to check dive. Zanurzamy się w inną rzeczywistość. Podwodne tajemnice wabią nas do siebie. Początkowo, zaskakująco słaba widoczność, po chwili sięga 25 metrów. Woda jest ciepłutka, ma 26 st. C, ale niestety, wbrew zapowiedziom, prąd jest wcale niemały. Schodzimy na 25 m.

Paleta barw i nasycenie kolorów, przechodzi nasze najśmielsze oczekiwania. Właściwie nie wiadomo, na co najpierw patrzeć. Pływamy pośród różnych koralowców. Są piękne, czerwone koralie miękkie. Są też sześcio i ośmiopromienne.

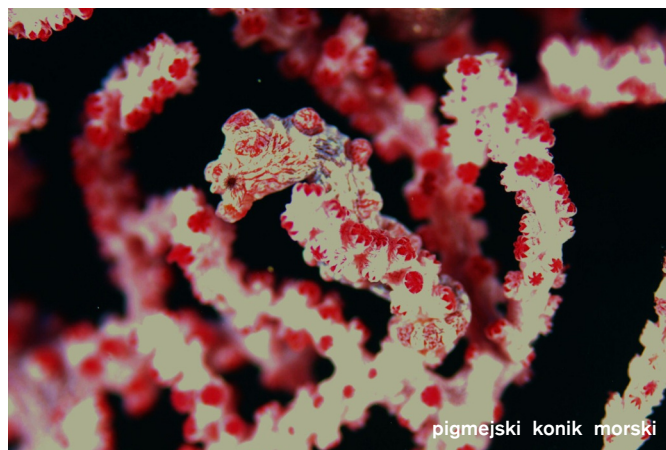
Ukwiały poddając się prądom, mienia się i przez to odznaczają innością w tej gamie żyjątek. Pośród nich ob-



LapusLapus błazenki ze swoim ukwiatem

serwujemy błazenki, które wydają się nie dostrzegać trudów pływania w tych warunkach. Szybko i zwinnie przegrupowują siły. Zapewne są podenerwowane obecnością kamer i nas, dziwnie wyglądających i pachnących neoprenem stworzeń.

Dopływamy do czerwono-różowego koralowca. Przewodnik próbuje pokazać nam, zamieszkujące tu, pigmejskie koniki morskie.



pigmejski konik morski

skie koniki morskie. Pomimo, że pokazuje palcem, a nawet przez szkło powiększające, początkowo nie widzę nic prócz barwy samego koralowca. Jednak chwila spokoju i koncentracji procentuje.

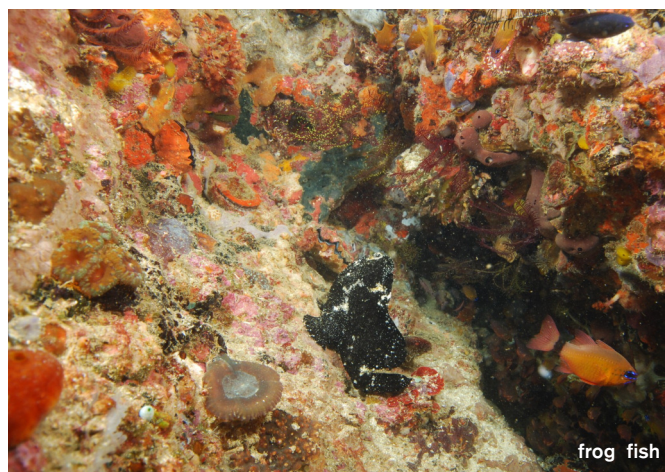
Odpywamy penetrować inne zakamarki dna. Na rozgwiazdy i jeżowce prawie nie zwracamy uwagi. Płyniemy



blue ring octopus

w niewielkich odstępach i już po chwili zblizamy się do jednego z najbardziej jadowitych stworzeń – Blue ring

octopus. Jest mała i wcale się nie boi. Dopiero gdy dzieli nas kilkadziesiąt centymetrów, jej ciało wysyła nam sygnał ostrzegawczy – niebieskie pierścienie.



frog fish

Obserwujemy częste tutaj frog fish. Raz udaje nam się nawet przyłapać, jedną taką czarną przedstawicielkę, na bardzo skutecznym polowaniu. Moment chwytania przez frog fish rybki, to jeden z najszybszych ruchów zwierząt, jakie zna Natura.

Kilkakrotnie płyniemy trimaranem prawie godzinę, o wschodzie słońca. Chcemy wskoczyć do morza w Monad shoal. To jedno z kultowych miejsc na Filipinach. Właśnie tutaj zamierzamy przyglądać się rekinom kosogonom.

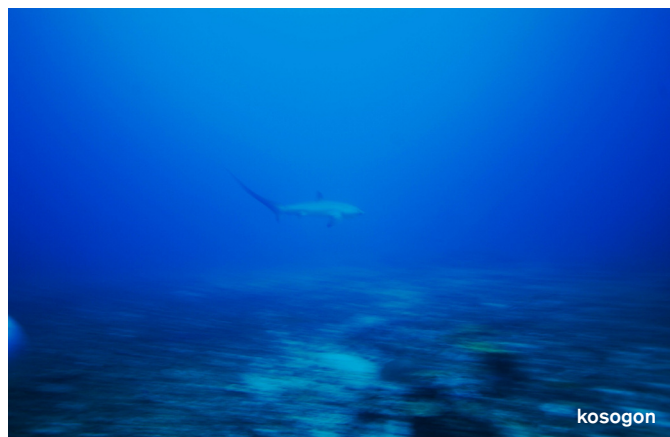


w oczekiwaniu na kosogony

Zasady nurkowania są rygorystyczne. Mamy się stosować do poleceń przewodników. Schodzimy na około 23 metry. Dokładnie w tym miejscu dno wypchnęło pagórek. Można powiedzieć oaza w morzu wody. Stajemy w linii na dnie i wpatrujemy się w szarą toń. Dość szybko, bo po paru minutach, dostrzegamy mętny kształt. Jest! Pierwszy w życiu kosogon! Trzyma się na granicy naszej widoczności, jakieś 10-12 m. Nie wolno nam używać świateł, ani pływać. To one, jeśli zechcą, przyplyną bliżej. Jednego dnia są aż 3 sztuki. Wszyscy jesteśmy tak podnieceni, że prawie zapominamy kontrolować komputery nurkowe.

Kosogony dochodzą do 7,5 m długości, przy czym ich ogon w kształcie kosi, stanowi 50% tej długości. Są spokojne. Chwilami ciekawość zwycięża i wydaje się, że

podpłyną bliżej. One jednak zakręcają i widzimy już tylko delikatnie falujący ogon.



kosogon

Rekin ten, często zwany lisem morskim, jest gatunkiem kosmopolitycznym. Występuje w strefie ciepłej i umiarkowanie ciepłej, powierzchniowych wód oceanicznych. Tu jest najczęściej spotykany.

Mamy szczęście. Siedzimy w pierwszym rzędzie i mamy swój udział w tym niecodziennym spektaklu. Spędzenie kilkunastu minut z kosogonami, rekompensuje z nadwyżką, trudy rannej pobudki. Wracamy w ciepłym deszczu i w rewelacyjnych nastrojach. Niech żałują Ci, którzy nie wstali!

Idziemy do resortu. Umawiamy się, żeby zeznania były jednakowe, że ani jednego lisa morskiego nie widzieliśmy. Sympatyczne Filipinki podają śniadanie, a my po chwili pękamy i opowiadamy, jak było rzeczywiście. W kolejne dni będzie więcej ciekawskich. Wstają nawet największe śpiochy, a wypłynięcie jest o 4.50.

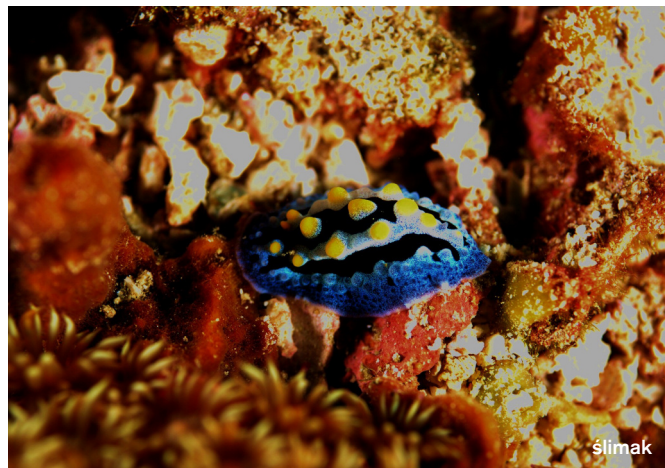
Znów nurkujemy. Jesteśmy na Gato Island i rozglądamy się, podziwiając malownicze rafy, okalające ten azjatycki archipelag. Są dwa rekiny white tip-y. Odpoczywają na piasku. Jest prąd, więc pocimy się trochę, by się do nich zbliżyć. One jednak odpływają.



rekiny białopłetwe

Thing, nasz przewodnik, prowadzi nas do skał, gdzie w ukrytej grotcie, śpi sobie inny, dość okazały, rekin białopłetwy. Ma około 1,80 m długości. Nasz divemaster zostawia nas przy wejściu, a sam płynie z drugiej strony i

przez otwór wkłada latarkę, oświetlając tę niebezpieczną rybę. Rekin pobudzony hałasem i światłem, porusza się i robi kółko, zbyt przybliżając się do nas. To jedyne wyjście, przez które się zmieści. Nie czekamy na następne kółko i szybko odsuwamy się od największego otworu grotty. Rekin odpływa, zapewne wkurzony, że przeszkodziło mu w drzemce.



ślimak



ślimak

Przepiękne korale miękkie, ukwiały i płyty piasku, właściwie wszędzie kryją coś ciekawego. Są ślimaki naogórkzelne, sułtanka penetrujące wąsami dno, są też krewetki – czścicielki.



krewetka

Po powrocie pojawia się propozycja nocnego nurka w miejscu o nazwie Light house. Mamy zanurkować o zachodzie słońca i obserwować mandarin fish oraz koniki morskie.



samiec mandarynfish

Decydują się tylko 3 osoby. Z przewodnikiem jest więc nas czworo.

Nurek jest rewelacyjny. Nie schodzimy poniżej 10 metrów, a w wodzie spędzamy 70 minut, wychodząc z dużym zapasem powietrza.



gody mandarynfish

Początkowo nieufne, tęczo ubarwione mandarynki, po około kwadransie wyczekiwania, dają się wreszcie zobaczyć i sfotografować. Przyglądamy się ich tańcom godowym. Trwają kilka-kilkanaście sekund. Większy samiec łączy się z samicą i w tym momencie płyną chwilę w górę, by szybciej niż mgnienie oka, rozłączyć się, pozostawiając ikrę.

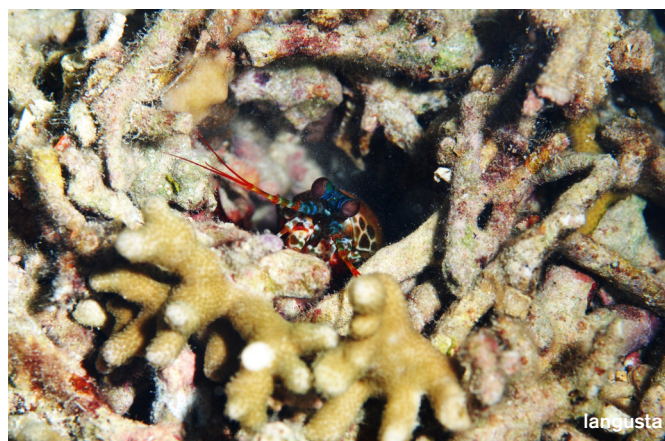


konik morski

Koniki morskie twardo obejmują ogonami koralowce i pasą się. Widzimy je, jak na dłoni. Robi się zupełnie



krab

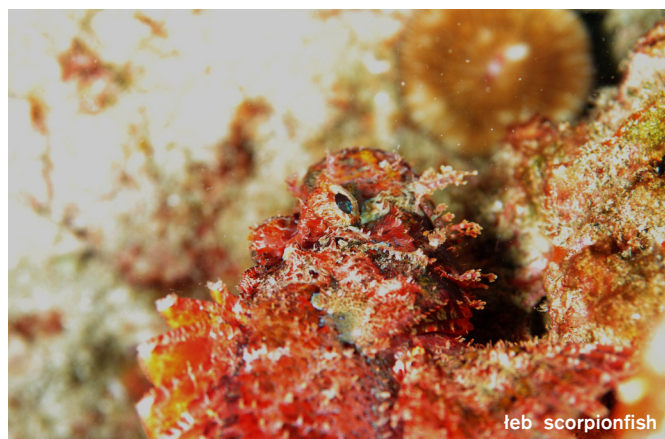


langusta

ciemno i ni stąd, ni z owąd, wszędzie pojawiają się kraby i langusty. Od małych, wielkości paznokcia, po olbrzymie, wielkości talerza.

To zanurzenie, jak ogromną większość w filipińskich wodach, zaliczamy do jednego z najlepszych.

Pomału żegnamy się z tą prześliczną, spokojną wyspą. Malapascua jest tym miejscem, które chciałbym kiedyś znowu odwiedzić.



teb scorpionfish

Nurkujemy jeszcze w Deep Rock i Bantigue. Pierwsze miejsce to raj dla fotografów makro. Pływamy wokół spłaszczonego stożka. Rozpoznajemy 5 różnych ślimaków. Są frog fish. Pływamy od głębokości 30 m do 5 m. Nad stożkiem, który kończy się właśnie na 5 metrze, spotrzegamy zawieszoną w toni kałamarnicę. Ciągłe towarzyszy nam prąd, utrudniając wnikliwą obserwację.

Na Bantigue mamy szczęście spotkać dwie duże mątwy. Pierwsza ucieka już po chwili, z chyba maksymalną prędkością. Druga z mątw, przygląda się nam z za-



interesowaniem, zachowując bezpieczną, 2-metrową odległość. Przez dłuższą chwilę oglądamy rodzinę błazenków, które skutecznie wyrzucają „z domu” wścibskiego kraba. Jak on mógł spacerować przez środek błazenkowego ukwiała?!

Podziwiamy tańczące ławice ryb, flądry i mureny. Są zakamuflowane scorpion fish. Pod koniec godzinowego nurka, natykamy się na bardzo rzadkie ryby. „Wędrują” po piaszczystym dnie. Mają płetwy-skrzydła, jak samolot, a głowy zakończone jakby dziobem kaczki.

Te 5 dni mija bardzo szybko. Żał wyjeżdżać. Wstajemy wcześniej, pakujemy się, jemy ostatnie, na tej wyspie śniadanie i odpływamy w morze, na spotkanie kolejnych przygód.

Wojciech Zgota



Centrum Nurkowe
Crazy SHARK

Szkoła nurkowania, baza, sklep

www.shark.net.pl

Kursy nurkowania - szeroki zakres specjalizacji

Doskonale wyposażona baza nurkowa (J. Białe)

Sklep w Warszawie, ul. Popietuszki 19/21 lok. 20 i 21

Sklep internetowy - Nitrox.pl

Wyjazdy nurkowe

tel.: 513-129-887

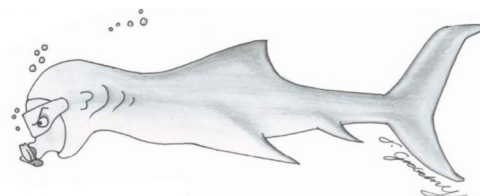
e-mai: centrum@shark.net.pl

gg: 4329611

Doskonała Pływalność

Nurkowie przywiązują coraz większą wagę do właściwego trymu, jak również do tego wszystkiego co nazywamy doskonałą pływalnością. Pod tym pojęciem rozumiemy nie tylko wykonanie rozmaitych zawisów w wodzie, ale przede wszystkim taką kontrolę położenia środka ciężkości oraz środka wyporu,

by przyjąć dowolną pozycję w wodzie. Dochodzą do tego ćwiczenia dynamiczne, takie jak poruszanie się przy minimalnym oporze wody, pływanie do tyłu, wykonywanie obrotów (helikopter). Nabycie tych umiejętności nie tylko podnosi elegancję nurka pod wodą, ale przede wszystkim obniża zużycie czynnika oddechowego. Pozwala także na poruszanie się nad mulistym dnem w taki sposób by nie wzbudzać osadów. Warto zauważyć, że doskonała pływalność jest bardzo istotna na wyższych poziomach nauczania. Trudno przecież wyobrazić sobie możliwość odbycia prawidłowej dekompresji bez zapanowania nad położeniem swojego ciała w toni.



jk



NOWA KSIĄŻKA!!!

„MEDYCYNĄ DLA NURKÓW W PIGUŁCE”

autor: Jarosław Krzyżak

Mamy przyjemność przedstawić państwu książkę dr. med. Jarosława Krzyżaka „Medycyna dla nurków w pigułce”;

„Medycyna dla nurków w pigułce” to książka oparta na treści wydanej dwa lata wcześniej „Medycynie nurkowej”, również autorstwa dr. med. Jarosława Krzyżaka. W sposób bardziej skondensowany i jednocześnie przystępny, przedstawia niezbędną każdemu nurkowi wiedzę zawierającą problemy medyczne dzisiejszego nurkowania rekreacyjnego. Znajomość zagadnień poruszanych w książce wymagana jest na szkoleniach nurkowych wszystkich szczebli prowadzonych przez różne organizacje nurkowe. Książka wydana jest w wodoodpornej okładce (aby zbyt szybko nie uległa zniszczeniu podczas czytania nad wodą lub w łodzi), w formacie 125 x 186 mm, liczy 336 stron, zawiera 44 zdjęcia, 26 tabel oraz 50 rycin i wykresów.

Polecamy więc „Medycynę dla nurków w pigułce” jako podstawowy podręcznik każdego pletwonurka początkującego jak i zaawansowanego. Liczymy, że przyswojenie i właściwe wykorzystanie wiedzy zawartej w książce, pozwoli na zmniejszenie liczby wypadków nurkowych.



Wydawca i dystrybutor:

PPUH „KOOPgraf” s. c.
ul. Kościańska 48 a,
60-112 Poznań,

e-mail: biuro@koopgraf.pl
www.koopgraf.pl
tel.: 061 8308 614,
tel./fax: 061 8308 615
tel. kom.: 501 292 814

Warunki sprzedaży

Książkę można zamawiać bezpośrednio w firmie „KOOPgraf” drogą e-mailową lub pisemnie pocztą.

Ceny

- detaliczna: 1 – 5 egz. 89,- zł/egz. (+ koszty przesyłki)
- hurtowa I: 6 – 10 egz. 78,- zł/egz. (+ koszty przesyłki)
- hurtowa II: 11 – 30 egz. 72,- zł/egz. (przesyłka gratis)
- hurtowa III: od 31 egz. 66,- zł/egz. (przesyłka gratis)

Warunki płatności

1. Stali klienci (firmy, instytucje): termin płatności 14 dni
2. Pozostali klienci (w tym odbiorcy indywidualni): płatne przy odbiorze (za pobraniem)

Więcej informacji na stronie: www.medycyna-nurkowa.pl (strona dostępna od 17.12.08)

Egipt

nie wszystko mi się podoba

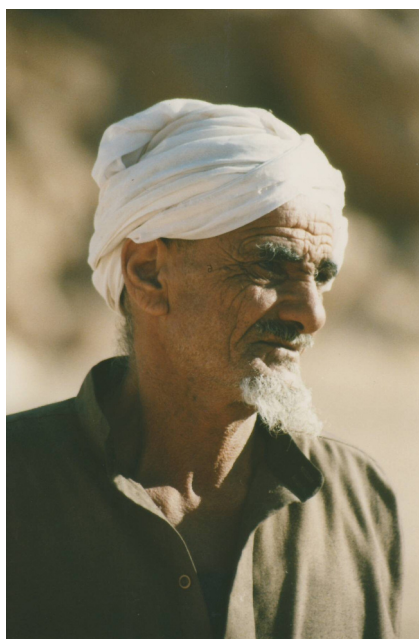
Tak się składa, że jedno z najpiękniejszych miejsc do nurkowania położone jest w miejscu, którego społeczne, historyczne i geograficzne uwarunkowania w minimalnym stopniu sprzyjały rozwojowi turystyki. Dość wspomnieć ataki terrorystyczne w Egipcie, ataki, które spowodowały długotrwały kryzys tej gałęzi gospodarki. Poza samym krajem i jego mieszkańcami cierpią przede wszystkim turyści.

W Egipcie bardzo rozległe obszary uzależnione są od osób, które chcą spędzić tu urlop. Wśród nich jest wielu nurków. Warto więc zastanowić się, czy Egipcjanie robią wszystko, by zachęcić nas do odwiedzenia ich ojczyzny? Moim zdaniem NIE. Więcej, wielokrotnie czułem się w Egipcie jako „persona non grata”.

Oto kilka przykładów:

Oczekiwanie w portach – Egipcjanie boją się ataków bombowych (turyści też się ich boją), ale z drugiej strony robią wszystko, bo ułatwić terrorystom realizację ich zamierzeń. Kto był w porcie Travco w Sharm El Sheikh, ten wie o czym piszę. Biurokracja związana z otrzymywaniem zgody na wyjście w morze powoduje powstawanie dużych skupisk nurków. Codziennie rano w ogromnym upale kilkuset Europejczyków czeka na urzędnicze stemple, dzięki którym tłum może zejść do swoich łodzi. Wielokrotnie słyszałem od pracujących tu przewodników komentarz, że gdyby terroryści chcieli zaatakować, to wybrali by właśnie to miejsce i ten czas.

Korupcja – niestety jest tu powszechna. Wiem od właścicieli firm nurkowych, że dziennie wydają około 100 dolarów na łapówki. Jeśli np. łódź jest niesprawna, to za odpowiednią „opłatą” i tak może wyjść w morze. Często okazuje się, że ten haracz to i tak znacznie mniej niż usunięcie awarii. Niestety cierpi na tym komfort i bezpieczeństwo turystów. Podobna sytuacja ma miejsce podczas odprawy



bagażu przy powrocie do kraju. Mnie osobiście bardzo przeszkadza, że opłata za nadbagaż trafia do kieszeni bi-letera, a nie do linii lotniczej, która ponosi koszt przewiezienia większej ilości bagaży.

Haszysz – to dość dziwny zarzut zwłaszcza w kraju arabskim, w którym religia bardzo stanowczo zakazuje stosowania jakichkolwiek używek. Śmieszy mnie jak Egipcjanie piją alkohol pod jakimś daszkiem (żeby Allah nie widział), jednak zwyczajnie boją się o swoje życie, gdy załoga statku którym płynę jest zamoczona haszyszem. Jest to bardzo popularny narkotyk w Egipcie, jest powszechnie dostępny i bardzo tani. Niestety trafił pod egipskie strzechy, to teraz chyba najpopularniejszy i najłatwiejszy sposób zapomnienia o szarej, często bardzo skromnej egzystencji.

Relacje męsko-damskie – nie, nie jestem moralistą i w najmniejszym stopniu nie interesuje mnie co dzieje się pod kołderką, nawet jeśli skrywa ona Europejkę w objęciach Egipcjanina. Drażni mnie jednak brak symetrii. Zróbcie następujący eksperyment. Usiądźcie w grupie Arabów. Po chwili usłyszycie pytanie: „How to say ‘beautiful girl’ in polish language”. Gdy już nauczycie swych rozmówców słów „piękna dziewczyna”, zrewanżujcie się im analogicznym pytaniem, zapytajcie po prostu jak powiedzieć to po arabsku! Konia z rzędem komu się uda! Ja słów „moza gamila” nauczyłem się dopiero w szkole języka arabskiego. Irytuje mnie więc, że jeśli dochodzi do międzyrasowych romansów (a dochodzi dość często), to słaba płeć ma zawsze biały kolor skóry!



Dewotyzm – moglibyście zapytać jak można krytykować oznaki religijności. Spotykamy się z nimi już po wylądowaniu w Egipcie na lotnisku. Pośród tłumu podróżnych zobaczycie policjantów, sprzątających i celników odprawiających modły. Przyjrzyjcie się jednak im uważnie. U większości z nich zobaczycie sine duże i grube narośla na środku czoła. Te guzy to najlepszy



dowód „bogobojności”, powstają one od uderzenia głową o podłoże podczas modłów. Ten sposób modlenia się jest jednak krytykowany przez bardziej postępowych Arabów. Po prostu nie dotyczy to nurków. Jednak w 1999 roku mało nie straciłem życia wraz z grupą nurków. Po wynurzeniu nie przyplęła po nas łódź. Gdy po godzinie czasu dopłynęliśmy

wpłynęliśmy do łodzi pokonując pod prąd dystans około dwóch kilometrów, okazało się, że cała załoga łodzi zwrócona twarzami na wschód oddawała się popołudniowej modlitwie!

Nachalność – odkąd powstał skecz o nurkowaniu w Egipcie chyba nie trzeba tego komentować. Przecież słowa „Nurkujemy – nie gadamy!” stały się już kultowe wśród polskich nurków. Szkoda tylko, że to nagabywanie turystów psuje wizerunek narodu o tak wspaniałych tradycjach. Wolę myśleć o Egipcjanach jako o potomkach budowniczych piramid, niż nachalnych sprzedawców, którzy łapiąc mnie za rękaw mówią do mnie „Zdrastwuj-tije”.

Egipskie 5 minut – zwykło się mówić, że zazwyczaj

trwa ono pół godziny. Podczas listopadowego safari, po awarii silnika na pełnym morzu, kapitan obiecał, że z usterką załoga upora się w pięć minut. W tym przypadku owe egipskie 5 minut trwały trzy dni. Po tym czasie przyplęła po nas kolejna łódź.

Obowiązkowy bakszysz – bakszysz to napiwek, płacisz go więc wtedy gdy masz na to ochotę, lub gdy jesteś wyjątkowo zadowolony z usługi. Jakież jest więc zdziwienie uczestników safari, którzy dowiadują się na koniec pobytu, że napiwek w wysokości 20 – 30 dolarów jest... obowiązkowy!

Prawo budowlane – z powodów podatkowych w Egipcie opłaca się rozpocząć budowę i jej nie ukończyć. Efekt jest widoczny w każdym miejscu Hurghady, czy Sharm El Sheikh. W sąsiedztwie ekskluzywnych hoteli straszą szkielety kolejnych hoteli, których budowa co prawda została rozpoczęta, ale nigdy nie zostanie ukończona. Patrząc na te ażurowe konstrukcje zastanawiam się, czy można byłoby jeszcze skuteczniej zeszpecić piękny krajobraz Gór Synaj, czy afrykańskiej pustyni.

Biorąc pod uwagę powyższą krytykę oraz ogromną dewastację raf należy zadać pytanie, czy Egipt to nadal raj dla nurków, jak było to dekadę czy dwie dekady temu. Polscy turyści ciągle okupują egipskie „kurorty”. Jednak liczba turystów z Europy zachodniej w ostatnich latach zmalała o połowę. Wydaje się, że w miarę podnoszenia się stopy życiowej w Polsce i nasi rodacy zaczną przedkładać komfort i bezpieczeństwo nad cenę. Być może dopiero wtedy Egipcjanie zastanowią się jak wyjść naprzeciw oczekiwaniom swoich klientów.



Foto Podwodna

OLYMPUS Nikon Epove Canon SEA&SEA PELI INON

Foto Podwodna ul. Batorego 16 p. 104 Warszawa www.fotopodwodna.pl tel. (22) 825 60 01; 601 888 517

Sześćdziesiąt, a może więcej

Z rekordzistą w nurkowaniu bezdechowym pod lodem Krzysztofem Polackiem rozmawia Anna Benedyktowicz



Anna Benedyktowicz - Witaj, niedługo mija rok od momentu gdy ustanowiłeś rekord świata. Jak dziś czuje się rekordzista świata?

Krzysztof - *Nigdy nie czułem się rekordzistą świata, a po dziewięciu miesiącach, od momentu ustanowienia rekordu, tak naprawdę moje samopoczucie jest takie same jak przed tym wyczynem. Miłym akcentem jest jak ktoś obcy gratuluje mi tego czego dokonałem, w takich momentach nie wiem jak mam się zachować więc z reguły się uśmiecham i dziękuję.*

AB - Jak dzisiaj patrzysz na te 60 metrów? Czy byłbyś w stanie pokonać większy dystans pod lodem?

Krzysztof - *Dystans, który przepłynąłem pod lodem jest dla wielu ludzi czymś nieosiągalnym, dla mnie jednak jest to tylko 60 m. Co prawda inaczej się pływa 60 m. w basenie, a inaczej to samo w jeziorze, ponieważ basen ma długość 25 m. i faktycznie płynąc 60 m. pod wodą przepływam tylko 25 m. ale za to 3 razy. Natomiast w jeziorze te 60m płynie się za jednym zamachem, więc jest w tym wielka różnica. Czy mógłbym popłynąć dalej? W basenie pływam znacznie dalej więc myślę, że jest to do zrobienia.*

AB - Jak wyglądają przygotowania do takiego rekordu?

Krzysztof - *Każdy wynik jest okupiony jakąś pracą, w tym przypadku jest tak samo. W moim przypadku dystans pływam w basenie przy każdej nadarzącej się okazji tj. 2-3 razy w tygodniu. A drugą część treningu przeprowadzam w jeziorze, czyli przyzwyczajam się do zimnej wody. Trzeba jeszcze połączyć to w jedno, więc dopóki woda nie zostanie skuta lodem staram się również pływać dystans w jeziorze. To wszystko.*

AB - Stałeś się bardzo popularny w Internecie. Czy to ma wpływ na Twoje życie?

Krzysztof - *Tuż po rekordzie kiedy ukazał się film w Internecie na portalu YOU TUBE było mi niezmiernie miło, że ludzie chcą w ogóle to zobaczyć. Natomiast teraz*

są to dla mnie suche liczby i podchodzę do tego bez emocji. Miłym akcentem było otrzymanie zaproszenia na Targi WIATR I WODA, z którego skorzystałem. Poznałem bardzo dużo fantastycznych osób i mogłem z bliska zobaczyć jak wygląda „duża impreza”, ale życie toczy się dalej.

AB - Masz zamiar ustanowić nowy rekord?

Krzysztof - *Mam ambitny plan aby zrobić coś zwariowanego związanego z pływaniem podlodowym na bezdechu. Chcę pobić własny rekord ale nie wiem jeszcze o ile dalej?. A może również inaczej? Zobaczmy co z tego wyjdzie.*

AB - Co na to twoja rodzina?

Krzysztof - *Moja rodzina mnie wspiera, nawet do tego stopnia, że mój syn Maciej, który ma obecnie 10 lat wchodzi ze mną do przerębla. Obiecał nawet, że będzie chciał ze mną przepłynąć pod lodem. Gorzej z żoną, która uważa, że pływanie pod lodem długich odległości jest dla mnie zbyt niebezpieczne. ale to dobrze, że jest ktoś kto się martwi, potrafi ostudzić zapędy i gorącą głowę, ale ogólnie myślę, że się cieszy z moich sukcesów i w głębi ducha mi kibicuje. Również dzieci się cieszą, że ich tata jest „inny” niż wszyscy ojcowie. Szkoda tylko, że czasami jak o tym opowiadają to ich rówieśnicy nie dają im wiary, ale*



ogólnie jest bardzo dobrze.

AB - Czy chciałbyś pobić ten rekord w Polsce?

Krzysztof - *Miałem ambitny plan aby pojechać do Finlandii i pobić swój rekord w kraju człowieka, który taki rekord wcześniej ustanowił. Mam na myśli Vima Hoffa. Byłoby to fajne doświadczenie i zarazem możliwość zwiedzenia innego kraju niż Polska, ale wiem, że u nas w kraju jest wiele uroczych zakątków i zbiorników wodnych, które mają przejrzystą wodę. W którym zakątku Polski to nie ma znaczenia. Woda to woda, a ja pływam w wodzie, tyle tylko, że w zimnej i pod lodem. Wszystko będzie zależało od pogody i osób, które mogłyby zorganizować następną tego typu imprezę. Myślę, że będzie dużo fajnej zabawy i dreszczyku emocji.*

Zdjęcia dostarczył Krzysztof Polaczek

Hipotermia

Nurkowie lubią gdy jest im ciepło. Opiszę pokrótce konsekwencje hipotermii dla nurka.

Utrzymanie komfortu cieplnego ciała nurka podczas nurkowania czyni nurkowanie przyjemnym i może znacznie wydłużyć czas pobytu pod wodą. Przebywanie w środowisku wodnym zwykle powoduje stopniową utratę ciepła z organizmu, przed którą każdy nurek stara się jak najlepiej zabezpieczyć. Utrzymanie stałej temperatury ciała jest możliwe wtedy, kiedy pozostaje on w warunkach tzw. równowagi bilansu cieplnego, który jeżeli zostanie zachwiany, to temperatura wewnętrzna wzrasta lub obniża się.

Zmiana temperatury ciała odbywa się głównie przez jej warstwę powierzchniową oraz przez drogi oddechowe. Temperatura i właściwości izolacyjne tej warstwy ciała zależą od przepływu przez nią krwi. Skurcz naczyń krwionośnych skóry i podskórnej tkanki tłuszczowej powoduje zmniejszenie przepływu krwi. Reakcja ta występuje pod wpływem zimna. Tkanka tłuszczowa jest dobrym izolatorem cieplnym. Zmniejszenie przepływu przez nią krwi, niosącej ciepło z głębszych warstw ciała, zwiększa właściwości izolacyjne tej tkanki. Mniejszy przepływ krwi przez skórę powoduje obniżenie temperatury powierzchni ciała. Zmniejsza się różnica temperatur między powierzchnią ciała i zimnym otoczeniem, a także zmniejsza się oddawanie przez organizm ciepła do otoczenia. Jeżeli podczas pracy zwiększa się wytwarzanie w organizmie ciepła i wzrasta temperatura wewnętrzna ciała, rozszerzają się naczynia krwionośne w podskórnej tkance tłuszczowej i w skórze. Zmniejszają się właściwości izolacyjne tkanki tłuszczowej, a podwyższenie temperatury skóry zwiększa różnicę temperatur między powierzchnią ciała a otoczeniem. Wzrasta oddawanie ciepła do otoczenia.

Większa od powietrza zdolność przenoszenia ciepła przez wodę i mieszaniny oddechowe w hiperbarii powoduje występowanie przechłodzenia organizmu człowieka podczas nurkowania i ekspozycji hiperbarycznych, tzw. hipotermię. Jest to jeden z poważniejszych problemów występujących podczas nurkowania i eksperymentów w komorach ciśnieniowych, szczególnie z zastosowaniem helu. Człowiek traci ciepło poprzez skórę i częściowo przez drogi oddechowe. Zwiększenie wentylacji powiększa utratę ciepła przez zwiększenie parowania. W warunkach hiperbarii z powodu zwiększenia gęstości gazów oraz właściwości cieplnych mieszanin oddechowych zwiększa się utrata ciepła przez konwekcję.

Ciało człowieka schładza się szybciej w wodzie niż w atmosferze powietrza o tej samej temperaturze, ponieważ ciepło właściwe wody jest 1000-krotnie, a przewodnictwo cieplne wody jest 25-krotnie większe niż powietrza. Bezpośrednia utrata ciepła z ciała nurka do wody ogranicza w konsekwencji czas nurkowania.

Współczynnik utraty ciepła przez przenoszenie wzrasta prawie 5-krotnie podczas pływania w porównaniu do zanurzenia w wodzie stojącej. Pomimo znamienych różnic w utracie ciepła przez przenoszenie pomiędzy powietrzem a wodą, utrata ciepła do wody jest tylko 2-5-krotnie większa niż w powietrzu w tej samej temperaturze. Świadczy to o tym, że utrata ciepła do wody jest znacznie ograniczana przez izolację tkanek ciała.

Komfort cieplny człowieka zanurzonego w wodzie jest odwrotnie proporcjonalny do grubości podskórnej tkanki tłuszczowej. Dla zanurzonego nurka będącego w spoczynku termoobojętna temperatura wody waha się w granicach 33°C-35°C. Obniża się ona nawet do 26°C podczas wykonywania intensywnej pracy. Przy temperaturze wody poniżej 24°C ucieczka ciepła z organizmu jest tak duża, że niemożliwe jest utrzymanie równowagi termicznej bez ochronnego skafandra. Temperatura krytyczna, przy której występuje maksymalny skurcz naczyń krwionośnych podskórnych, również zależy od grubości tkanki tłuszczowej i waha się w granicach 29°C-33°C. Ponieważ temperatura wody podczas nurkowania jest zwykle o wiele niższa, nurek jest poddawany znacznemu stresowi spowodowanemu niską temperaturą wody.

Badania przepływu krwi w przedramionach i palcach u całkowicie zanurzonych w wodzie nurków wykazały, że skórne receptory zimna inicjują skurcz naczyń krwionośnych przy temperaturze 33°C. Krążenie krwi w kończynach wyraźnie sprzyja małej utracie ciepła do wody. Należy podkreślić, że naczynia krwionośne głowy są niezdolne do skurczu w odpowiedzi na niską temperaturę z powodu braku odpowiednich receptorów. Dlatego podczas nurkowania w zimnej wodzie należy dobrze zabezpieczyć głowę przed schładzaniem.

Utrzymanie stałej temperatury ciała jest konieczne dla prawidłowego funkcjonowania organizmu, dlatego niezbędne jest maksymalne ograniczenie utraty ciepła podczas nurkowania. Pozwalają na to w pewnym stopniu skafandry neoprenowe. Tułów ze względu na większą utratę ciepła zwykle chroniony jest przez podwójną, a kończyny przez pojedynczą warstwę neoprenu. W ten sposób mokre skafandry dobrze izolują tułów, a gorzej kończyny. Ograniczenie jednak przepływu krwi do kończyn znacznie zwiększa wydajność termoregulacji nurka w mokrym skafandrze nurkowym. Temperatura skóry pod skafandrem jest niższa na kończynach niż na tułowie podczas zanurzenia w zimnej wodzie. Prowadzi to do znacznego skurczu naczyń krwionośnych kończyn. Ograniczenie przepływu krwi przez kończyny w dużym stopniu zmniejsza ilość wymiany ciepła. Wymiana cieplna pomiędzy wnętrzem ciała a wodą zachodzi głównie na powierzchni tułowia, gdzie izolacja przez skafander jest stosunkowo duża. Izolacja termiczna skafandrów mokrych jest większa, gdy nurek jest w spoczynku, natomiast

podczas wysiłku dochodzi do znacznej utraty ciepła przez mięśnie pracujących kończyn.

Regulacja ciepła organizmu kobiety jest nieco inna niż mężczyzny. Posiadając mniejszą masę mięśniową oraz mniejszą aktywność metaboliczną tkanek, kobiety wytwarzają mniej ciepła podczas aktywności fizycznej. Grubsza niż u mężczyzn podskórna tkanka tłuszczowa nie zapewnia kobietom odpowiednio dobrej ochrony przed utratą ciepła z organizmu. Organizm kobiety wykazuje większą skłonność do skurczu naczyń krwionośnych kończyn. Jest to reakcja wpływająca na zmniejszenie utraty ciepła z organizmu. U kobiet jest ona niewystarczająca, aby znacząco wpłynąć na wolniejsze wychładzanie organizmu. Obserwuje się u nich gorsze niż u mężczyzn mechanizmy kompensujące szybką utratę ciepła. Mężczyźni wykazują lepsze przystosowanie do zimna ze względu na większą aktywność ruchową i zaangażowanie w działalność sportową. W praktyce nurkujące kobiety częściej ulegają przechłodzeniu. Mniejsza aktywność ruchowa i brak aklimatyzacji do niskiej temperatury tłumaczy większą skłonność kobiet do przechłodzenia organizmu i hipotermii. Z obserwacji jednak wynika, że kobiety lepiej niż mężczyźni spontanicznie tolerują stan przedłużonej hipotermii. Dzieci i osoby młode również narażone są na szybką utratę ciepła podczas nurkowania.

Przegrzanie organizmu i hipertermia również łatwiej występują u kobiet, szczególnie gdy nurkują one w obszarach o klimacie tropikalnym. Decydującą rolę odgrywa tu liczba gruczołów potowych. U mężczyzn fizjologicznie występuje większa liczba gruczołów potowych i w warunkach wysokiej temperatury otoczenia następuje wcześniejsze wydalanie potu, co zmniejsza możliwość wystąpienia u nich hipertermii. U osób starszych szybciej dochodzi do wychłodzenia organizmu jak i do udaru cieplnego. Jest to wynikiem zmniejszenia aktywności tarczycy i spadku podstawowego poziomu metabolizmu. Przyczynia się to do zmniejszenia tolerancji organizmu na zmiany temperatury otaczającej. Do wychłodzenia organizmu może dojść nawet podczas nurkowania w morzach tropikalnych, gdzie temperatura wody wynosi 26-30°C. Podczas ekspozycji na niższą temperaturę otoczenia organizm starszego człowieka ma zmniejszoną percepcję schładzania i jest mniej zdolny do utrzymania odpowiedniej temperatury skóry. Zmniejszona zdolność do termoregulacji, osłabiona reakcja organizmu na zimno i często mała warstwa podskórnej tkanki tłuszczowej sprzyjają hipotermii u starszych nurków. Z drugiej strony, podczas ekspozycji na wysoką temperaturę otoczenia utrata wody z organizmu łatwo może doprowadzić do powstania udaru cieplnego.

Temperatura otoczenia wyraźnie wpływa na poziom metabolizmu i na czas trwania zatrzymania oddechu w nurkowaniach bezdechowych. Kiedy nurkowie wykonywali próby w zimnej wodzie o temperaturze 20°C, czas zatrzymania oddechu był około 55% krótszy w porównaniu do prób wykonywanych na powierzchni w warunkach komfortu cieplnego. W zimnej wodzie poziom metabolizmu tlenu był 256% większy niż podczas kontrolnych pomiarów w temperaturze otoczenia równej 28°C. Za-

trzymanie oddechu w środowisku zimnej wody skraca jego czas o 25-50% w porównaniu do warunków panujących na powierzchni.

Temperatura środowiska nurkowania (wody i czynnika oddechowego) wywiera bardzo złożony wpływ na procesy nasycania i wydalania gazu obojętnego z organizmu człowieka podczas nurkowania. Już blisko 100 lat temu zwrócił na to uwagę J.S. Haldane podczas tworzenia zasad obliczania dekompresji. W tzw. perfuzyjnym modelu wymiany gazowej założył, że: „... równowaga pomiędzy ciśnieniem cząstkowym azotu we włosniczkach i tkankach ustala się po różnym czasie zależnie m.in. od rodzaju tkanek, gęstości sieci naczyń włosowatych, szybkości przepływu krwi i temperatury”. Jeżeli podczas wynurzenia (dekompresji) dojdzie do powstania pęcherzyków gazowych w organizmie nurka, to temperatura otoczenia również wywiera na nie swój wpływ. Jest oczywiste, że wraz ze wzrostem temperatury pęcherzyki gazowe będą powiększać się, a wraz ze spadkiem temperatury będą się kurczyć. Bruce Wienke uważa, że w modelu RGBM zmiana temperatury otoczenia z ciepłego na zimne sprzyja mechanizmowi łamania otoczki pęcherzyka, przy zmianie jego objętości zgodnie z prawem stanu gazu. Sugeruje, że jest to główny mechanizm zmniejszania pęcherzyków gazowych w tym modelu co ułatwia wprowadzanie gazu z powrotem do płynów tkankowych.

Temperatura otoczenia podczas nurkowania wpływa na rozwój choroby ciśnieniowej w sposób złożony, wywierając wpływ na perfuzję tkanek i rozpuszczalność gazu obojętnego. Zwiększona temperatura podczas nurkowania (ciepła woda, suchy lub ogrzewany skafander) powoduje zwiększony przepływ krwi i większe nasycanie tkanek gazem obojętnym. Niska temperatura otoczenia podczas nurkowania (zimna woda, mokry skafander) zwiększa rozpuszczalność gazu obojętnego, ale zmniejsza perfuzję tkanek. W zimnej wodzie przepływ krwi przez tkanki może być obniżony nawet o 80%. Nurek, który jest eksponowany na niską temperaturę wody na określonej głębokości, mniej ryzykuje zachorowanie na chorobę ciśnieniową, niż nurek, który wykonuje takie samo nurkowanie w ciepłej wodzie lub w ogrzewanym skafandrze.

Jeżeli podczas nurkowania dojdzie do łagodnego wychłodzenia organizmu nurka, co często występuje podczas długich nurkowań, to zmniejsza się jego zdolność do eliminacji gazu obojętnego i zwiększa ryzyko zachorowania na chorobę ciśnieniową. Doświadczalnie stwierdzono, że w takich sytuacjach perfuzja tkanek zmniejszała się o połowę, co wymagało dwukrotnego wydłużenia czasu dekompresji. U nurków, którzy zmarli podczas dekompresji, obniżona perfuzja tkanek i eliminacja gazu obojętnego powodowały częste zachorowania na chorobę ciśnieniową. Odwrotna sytuacja ma miejsce, jeżeli dekompresja odbywa się w warunkach komfortu cieplnego, ponieważ w takich warunkach zwiększa się eliminacja gazu obojętnego. Aby zapobiegać chorobie ciśnieniowej kiedy podczas nurkowania nurek eksponowany jest na niską temperaturę, to konieczne jest zastosowanie de-

kompresji wydłużonej. Jest to prowadzenie dekompresji nurka (wynurzenia) zwykle według dłuższego czasu w stosunku do czasu podstawowego sposobu dekompresji.

Bardzo niebezpieczna jest ekspozycja nurka na wysoką temperaturę bezpośrednio po nurkowaniu. Może się to zdarzyć, jeżeli wychłodzony nurek po nurkowaniu zechce szybko ogrzać się pod gorącym prysznicem, w wannie lub w saunie. Zwiększony przepływ krwi w powierzchniowych tkankach i zmniejszenie rozpuszczalności gazu powoduje gwałtowne wydzielenie się wolnej fazy gazowej i dostarczenie jej do płuc. Szybko dochodzi do rozwinięcia się szerokiej gamy objawów choroby ciśnieniowej.

Liczne obserwacje nurków pozwoliły stwierdzić, że przechłodzenie podczas nurkowania jest jednym z ważnych czynników, który zwiększa objawy narkozy azotowej. Z kolei przechłodzenie i przegrzanie organizmu zwiększają toksyczność tlenu i mogą przyspieszyć wystąpienie objawów zatrucia tlenem podczas nurkowania w użyciu mieszanin oddechowych bogatych w tlen.

W dramatycznych sytuacjach przebywanie nurka w wodzie o niskiej temperaturze może mieć też pozytywne strony. Większe szanse na uratowanie tonącego i na przeżycie ma ofiara tonięcia w wodzie zimnej (lodowatej) niż ta, której nieszczęście przytrafiło się podczas ciepłej kąpieli w wannie. Czas przeżycia po przerwaniu oddechu wskutek dostania się wody do dróg oddechowych jest bar-

dzo różny i zależy od wielu czynników, takich jak: wiek, temperatura wody, ogólny stan ofiary. Dlatego nigdy nie należy uważać akcji ratowniczej za spóźnioną. Znane są przypadki odratowania tonących, którzy przebywali pod zimną wodą przez prawie 30 minut.

Środowisko, w jakim odbywa się nurkowanie, ma bardzo duży wpływ na zagrożenie wypadkiem nurkowym. W statystykach DAN USA ponad połowa nurków, którzy doznali urazu nurkowego, podawała różne problemy podczas nurkowania, które w konsekwencji doprowadziły do zachorowania.

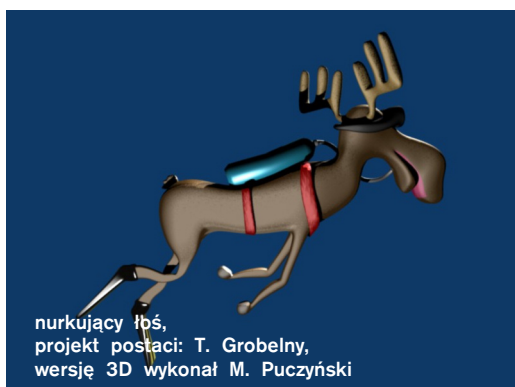
Poza szybkim wynurzeniem najczęściej był to znaczny wysiłek fizyczny (8-12%), niska temperatura wody (6-12%) i problemy ze sprzętem (5-13%). Analizując przypadki zakończone śmiercią nurka stwierdzono, że w 62% przypadków trudne warunki nurkowania przyczyniały się niepomysłnego zakończenia aktywności podwodnej. Zwykle były to przypadki, w których nurkowie nie mieli odpowiedniego przygotowania i doświadczenia w nurkowaniu w nowych dla siebie warunkach. W 36% przypadków sprawcą nieszczęścia były silne ruchy wodne (falowanie i prądy), w 12% głębokość nurkowania, w 6% zła widoczność pod wodą, po 5% niska temperatura wody, nurkowanie w jaskiniach i niebezpieczne zwierzęta morskie.

dr med. Jarosław Krzyżak

Nurkować każdy może!

W ciągu ostatniego półwiecza zaszła ogromna zmiana w podejściu federacji szkolących nurków do nauki nurkowania. Na początku uważano, że jest to zajęcie wyłącznie dla twardzieli. Obowiązywała wtedy zasada: „Nie każdy musi nurkować”, a w trakcie zajęć tak dobierano ćwiczenia by wyeliminować słabszych fizycznie czy psychicznie kandydatów.

Rozwój turystyki w kolejnych latach spowodował powstanie standardów szkolenia, które otworzyły po-



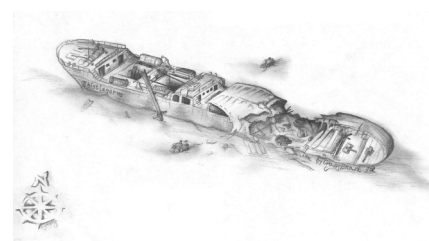
dwodny świat przed szeroką rzeszą turystów. Teraz nowa zasada podwodnej edukacji brzmiąca: „Każdy może nurkować!”. Doświadczenia zebrane przez kolejne lata udowodniły, że nowe podejście do nauki nurkowania jest słuszne. Widać jednak część nurków chce by nurkowanie nadal było dostępne dla wąskich elit ludzi wyjątkowo sprawnych fizycznie i cechujących się ogromną odpornością psychiczną. Stąd rozkwit szkoleń technicznych czy jaskiniowych, ogromne zainteresowanie nurkowaniami wrakowymi, czy podlodowymi. Być może w przypadku tych ekstremalnych nurkowań znów powinniśmy przypomnieć zasadę sprzed lat: „Nie każdy musi nurkować”.

red.

Thistlegorm szabrowany?

Wszystko wskazuje na to, że z roku na rok ubywa najstynniejszego wraku świata. Obecny obraz wydaje się być znacznie uboższy niż ten sprzed 10 lat. Nurkowie często odwiedzający Thistlegorm donoszą, że ubywa nie tylko drobnych eksponatów, ale także tych większych takich jak karabiny, czy nawet motocykle. Warto podkreślić, że każdego dnia od minimum 12 lat odbywa się tu kilkaset nurkowań

dziennie, ostatnio są tu coraz bardziej popularne także nurkowania nocne. Ogromna popularność tego miejsca sprawia, że także kolekcjonerzy militariów są zainteresowani Thistlegorm. W warunkach Egiptu nie stanowi żadnego problemu wynajęcie łodzi i wykorzystanie jej do oszabrowania wraku.



mn

Relacje z podróży

Ciekawostki

Fotografie

Wideo

DIVE
ADVENTURE

szukaj na:

WWW.DIVE-ADVENTURE.EU

technical diving team
oceanxplorers
 www.oceanx.pl

całoroczne wyjazdy nurkowe
 sklep i serwis sprzętu
 nauka nurkowania - PADI - CMAS
 nurkowanie techniczne - TDI - IANTD - DSAT

foto J.R.Wojnarowski

nurkowania płytkie... i głębokie

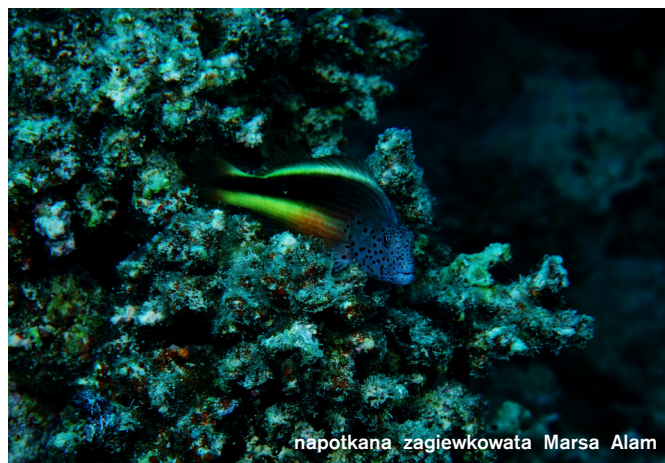
Nurkowanie techniczne na Malcie

Zdarzyło mi się w Marsa Alam, że mieliśmy nurkować w miejscu Abu Dabbour na głębokość 40 metrów. Egipski instruktor zażądał od nas certyfikatów Deep Diver, których nie posiadaliśmy.

Trochę nas to zaskoczyło, bo mieliśmy już doświadczenie. Edyta, Adam i ja, nurkowaliśmy na głębokości poniżej 30 metrów. Podyskutowaliśmy chwilę, a że był to już nasz ostatni dzień nurkowy, tutejsze centrum nurkowe zdążyło poznać nasze umiejętności.

Zanurzenie zostało w końcu zaplanowane i omówione. Wraz z instruktorem było nas czworo. Zeszliśmy przekraczając nieznacznie granicę 40 m i bez problemów, nie wchodząc w dekompresję, bezpiecznie się wynurzyliśmy.

Edyta już wtedy była w trakcie kursów technicznych, a ja postanowiłem zrobić ten certyfikat Deep Diver'a,



napotkana zagiewkowata Marsa Alam

przy najbliższej okazji. Parę miesięcy poczekałem i znalazłem się na Malcie, gdzie wykupiłem pakiet nurkowy oraz kurs głębokiego nurka. Wiem, że u technicznych wzbudza to uśmiech, ale spokojnie, każdy idzie własną drogą nurkową :) Instruktorą znałem wcześniej, bo

właśnie w jego centrum nurkowym zacząłem przygodę z nurkowaniem i zrobiłem swój pierwszy kurs OWD.



widok na port Valetta Malta



jedna z bocznych uliczek Valetta Malta

Już jakiś czas temu, zacząłem zadawać sobie pytanie, czy wejść w nurkowanie techniczne. Wiadomo, ryzyko jest większe. Każdy, kto decyduje się na głębsze zanurzenia, musi być tego świadomy, rozumieć to i akceptować.

Każde nurkowanie wymaga posiadania określonych umiejętności, odpowiedniego sprzętu i dobrej kondycji fizycznej. Nurkowanie techniczne to także odpowiednie doświadczenie, pozwalające nurkować głębiej niż 40 metrów, planować nurkowania dekompresyjne oraz używać mieszanek oddechowych.

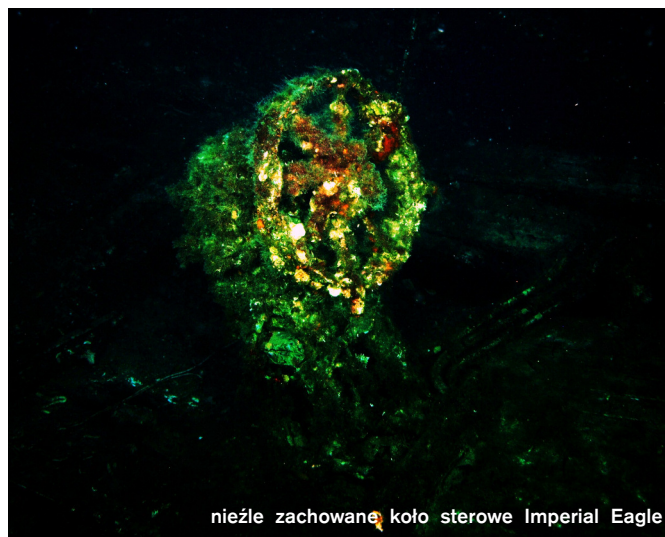
Podstawą jest run time, który określa cały przebieg nurkowania, od zanurzenia do wynurzenia oraz zasada: „zawsze planuj nurkowanie i nurkuj, jak planowałeś”.



przygotowani do zanurzenia

Rozmyślając mniej lub bardziej o tej granicy między nurkiem rec, a tec, podpłynęliśmy łodzią do miejsca zwanego Imperial Eagle w zatoce San Paul's Bay na Malcie.

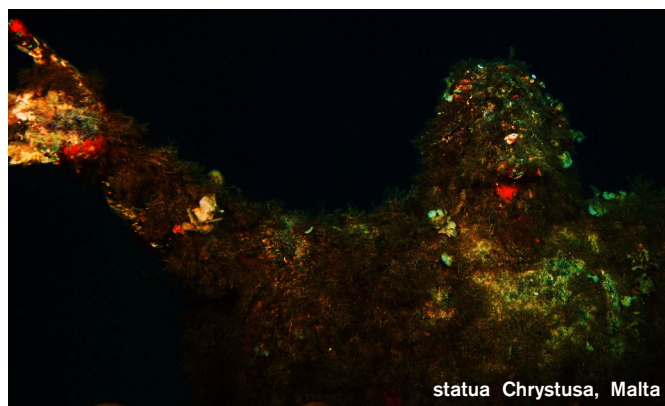
Zeszliśmy na 40 m. Przedtem dokładnie omówiliśmy całe nurkowanie. Mieliśmy butle 12 l, nabite do 220 bar. Standardowo, gdy pierwsza osoba będzie miała stówkę, cała grupa zacznie wynurzenie.



nieźle zachowane koło sterowe Imperial Eagle

Najpierw zwiedziliśmy wrak Imperial Eagle, zaglądając przez pokład po ładownię. Został zbudowany w 1938 roku przez Crown and Sons Ltd Shipbuilders w Anglii. Miał 257 ton wyporności i mierzył w przybliżeniu 45 m długości. Początkowo nazywał się „New Royal Lady”, ale przejęty przez Royal Navy do transportu wojskowego, został dołączony do US Navy. Po wojnie w 1947 roku został sprzedany i przemianowany na Royal Lady, ale jeszcze tego samego roku zmienił właściciela i został nazwany Crested Eagle. W 1957 roku nabyty przez Magro Bros przemianowany na Imperial Eagle, pływał na Malcie, przystosowany do przewozu 70 pasażerów i 10 samochodów.

Spoczął na dnie, na 38 metrze w 1999 roku. Do dziś można podziwiać nieźle zachowane koło sterowe na mostku.



statua Chrystusa, Malta

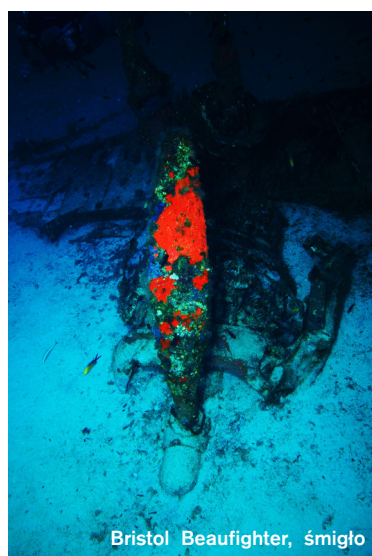
Z miejsca, gdzie leży wrak, jest już bardzo blisko do statuy Chrystusa. Podpływamy więc do tej 3 metrowej figury, zatopionej z okazji wizyty Ojca Świętego Jana Pawła II na Malcie, w 1986 roku. W sumie jesteśmy pod wodą około 30 minut.

Następnym razem zaliczamy wrak samolotu Bristol Beaufighter, zbudowanego w Anglii w czasie II wojny

światowej i włączonego do służby w 1940 roku. Nie został zestrzelony, ale z powodu awarii musiał wodować. Był to samolot dużego zasięgu, wyposażony w podwójny silnik. Mogły w nim zasiadać 2-3 osoby. Rozpiętość skrzydeł 18 metrów, długość 13 m, a także karabiny maszynowe w skrzydłach i na grzbiecie nadawały mu wygląd, który wzbudzał respekt. Samolot ten posiadał również działko w kadłubie i zabierał jednorazowo 8 pocisków rakietowych.



Tego pechowego dnia, 17 marca 1943 roku, Beaufighter miał dołączyć ze swoim 272 szwadronem do konwoju MW23. W pewnym momencie samolot wpadł w nagłe wibracje, a nawigator zobaczył wydobywający się dym. Pilot zmniejszył prędkość manipulując silnikami, ale to nie pomogło. W tym momencie mknęli z prędkością około 210 km/h i tracili wysokość około 120 metrów na minutę. Na wysokości około 200 m pilot poinformował nawigatora, że muszą porzucić samolot. Do samego końca starał się utrzymać maszynę, by maksymalnie zniwelować uderzenie. Morze lekko falowało, gdy przy prędkości około 150 km/h samolot uderzył w taflę wody. Obaj załoganci, prócz siniaków, wyszli z tego bez szwanku. Zaledwie zdążyli opuścić samolot, ten zniknął w objęciach morza. Wszystko obserwowali maltańscy rybacy, którzy już po chwili wyławiają ocalałych żołnierzy.



Właśnie przypatrujemy się wrakowi, który osiadł na piaszczystym dnie, na głębokości 42 metrów.

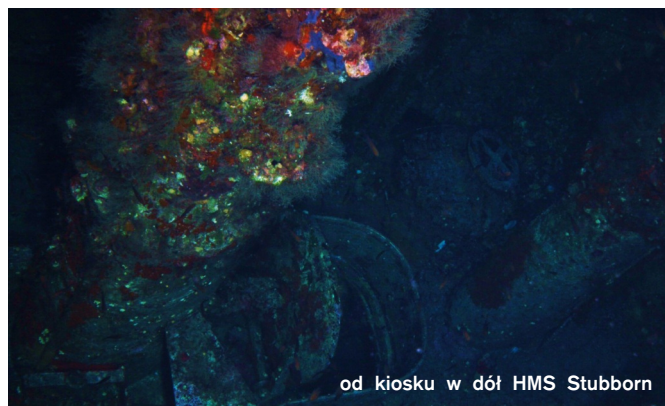
Widoczność jest dobra. Mamy delikatny prąd. Minęło już parę lat i z tego, co zostało wystaje zaledwie? Widzimy szkielet i jedno śmigło. Spod spodu zekra murena. Przekraczamy czas denny nurkowania bez dekompresyjnego i zaczynamy powolne wynurzanie. Gubiąc azot,

zatrzymujemy się na przystanku bezpieczeństwa. Jest dłuższy niż zwykle, ale w końcu się wynurzamy.

Wracamy do bazy, a dwóch Francuzów ogląda wnikliwie różne miejsca nurkowe. Są „wrakowcami”. Pytają, czy możliwe jest zejście do leżącego na 57 metrze, wraku podwodnej łodzi brytyjskiej z czasów wojny. Okazuje się, że tak, a instruktor również mi proponuje to nurkowanie, jako uwieńczenie kursu deep diver'a i zachęca do rozpoczęcia kursów nurkowań technicznych. Głośno zastanawiam się nad swoimi umiejętnościami, dopytuję o szczegóły.

Nazajutrz, po wnikliwych przemyśleniach decyduję się zanurkować. Jest z nami instruktor i dive master. Dostajemy 15 l butle, napełnione do 240-250 bar. Instruktor omawia szczegółowo plan nurkowania.

Schodzimy po linie, jak najszybciej do samego dna. Maksymalna głębokość to 57 m. W butlach mamy powietrze. Przy jakimkolwiek problemie z uszami, nie czekamy. Nieszczęśnik musi się wynurzyć i poczekać na nas na łodzi. Nic takiego nikomu się nie przytrafia. Dla bezpieczeństwa, na głębokości 5 m zostaje zawieszona butla z automatami. Instruktor dokładnie określa czas denny.



Wskakujemy do wody i po wymianie znaków OK, schodzimy szybko w toń. Widoczność sięga 20 m, a temperatura przy powierzchni wynosi 27 st. C. Na dole będzie już tylko 18 st.C.

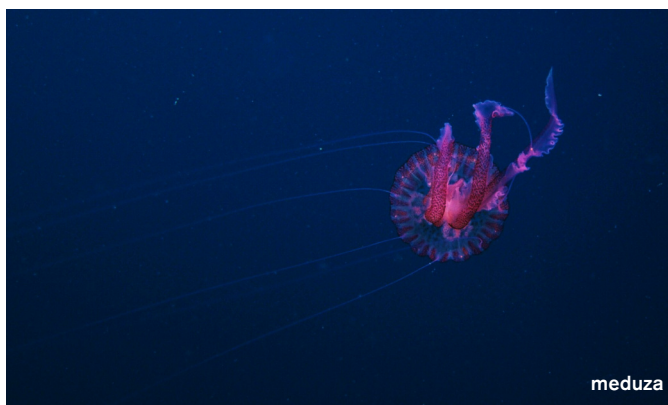
Na 30 metrze głębokości, z głębin wyłania się kiosk, świetnie zachowanej łodzi podwodnej. Została zbudowana w czasie II wojny światowej, na zamówienie armii, a do użytku trafiła w styczniu 1943 roku. Maksymalna wyporność 990 ton, długość 70 m i szerokość 7 m. Mieściła 48 osób załogi, a przy pełnych zbiornikach paliwa miała zasięg 6000 mil. Na powierzchni rozwijała prędkość 15 węzłów o pod wodą 9 węzłów. Była dobrze uzbrojona. Z przodu, po obu bokach dziobu, znajdowały się po 3 wyrzutnie torped, z tyłu była jedna.

Początkowo patrolowała Szetlandy, później zaś odcinek od wybrzeża morza norweskiego po Wyspy Jan Mayen. HMS Stubborn była zaangażowana w atakowanie krążownika Tirpitz. W lutym nasza łódź podwodna wypatrzyła konwój 7 wrogich okrętów i otworzyła ogień, posyłając na dno 2 statki. Sama niestety odniosła uszczerbek, ale mimo to stawała jeszcze do walki. Po reparacji wypłynęła do Australii by w czerwcu 1945 roku być świadkiem działań wojennych na Pacyfiku. Powróciła bardziej zniszczona niż myślano i 30 kwietnia 1946 roku, została zatopiona na północnym wybrzeżu Malty.



Schodzimy głębiej i na 40 metrze widzę już prawie całą łódź. Robi się ciemniej i zimniej, ale i tak bez latarek widoczność jest dobra. Czuję ciśnienie na swojej piance. Słyszę inny świst oddychania. Przekraczamy 50 metrów i opływamy tę groźną niegdyś jednostkę.

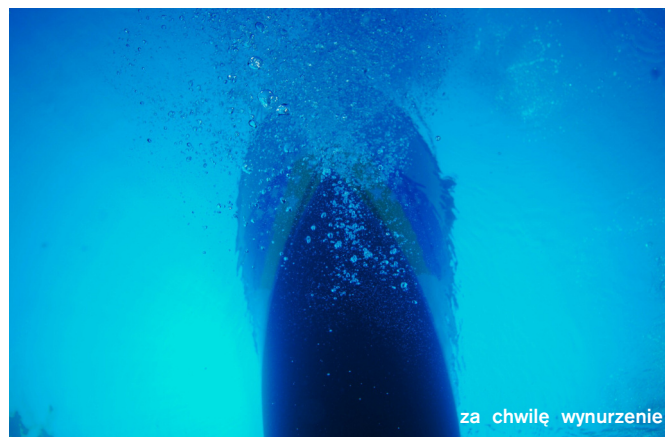
Częściej niż zwykle kontroluję wskazania komputera i powietrza. Oddycham spokojnie. Nie ma prądów, tak jak przewidywał instruktor. Wpierw opływamy dziób, by po chwili minąć śródkręcie i skierować się do rufy. Próbuje robić zdjęcia, ale mało co z nich wychodzi. Napotykamy dwa spore jackfish, które odpływają w sobie znanym kierunku.



Mija zaplanowany czas i zaczynamy wynurzenie. Spotykamy się na 40 m. Tu okazuje się, że jednemu z nas wcześniej skończył się gaz i teraz wisi nad nami, w odliczaniu kolejnych minut dekompresji. Po chwili wisimy z nim na 5 metrze. W sumie wychodzi 20 minut deko. Pływam sobie równolegle, raz w jedną, raz w drugą stronę i obserwuję meduzy.



W końcu, po 36 minutach w wodzie, wynurzamy się i wchodzimy na pokład łodzi. Wrażenie rewelacyjne. Inne niż dotąd. Wykonaliśmy w całości założony plan, a w butli zostało mi jeszcze 50 bar.



Mimo tego, wciąż nie jestem jeszcze przekonany do nurkowań technicznych. Wynika to może też z tego, że lubię obserwować faunę i florę, a najlepiej robi się to między 5 a 25 metrem.

W każdym razie wzbogaciłem się o doświadczenie pierwszego nurkowania technicznego. Trochę na ten temat przeczytałem, a Tomek – znajomy instruktor – namawiał mnie już na pierwszy kurs techniczny.

Na razie się nie zdecydowałem, ale zobaczymy, co będzie dalej :)

Wojciech Zgoła

Baza nurkowa nad J. Białym

Zapraszamy do bazy nurkowej Crazy Shark znajdującej się nad J. Białym (zaledwie 120 km od Warszawy).

Dzięki przystosowaniu bazy również dla dzieci, możemy zagwarantować niezapomnianą atmosferę dla Ciebie i całej Twojej rodziny.

Bogate wyposażenie bazy sprawi, że niczego Ci nie zabraknie!

Więcej informacji pod numerem: 513-129-887

Pozdrawiam, Jacek Kurzątkowski



Zapraszamy na film

Od 1 maja 2009 roku rozpoczęty został projekt mający na celu propagowanie nurkowania w różnych zakątkach świata, zarówno wśród osób jeszcze nie nurkujących, jak również wśród tych, którzy już nurkują.

Jest to też ciekawa podwodna podróż dla dzieci jak i osób nie nurkujących z różnych względów. Można odwiedzić okiem kamery wiele ciekawych miejsc i poznać tajemnice fascynującego podwodnego świata. Filmy pokazują różnorodność wodnych głębin w przeróżnych miejscach Polski i świata, morskie środowisko, organizmy w nim żyjące, podwodne jaskinie. Można również obejrzeć zatopione wraki łodzi, koparek i innych ciekawych obiektów jak chociażby pianino.

Maraton ma też na celu uświadomienie, jak szybko degraduje się środowisko, to że miejsca, które jeszcze niedawno były atrakcyjne pod względem nurkowym ulegają niszczeniu między innymi przez przemysł i ludzką nie do końca właściwą ingerencję w podwodne życie. Liczymy na to, że projekcja filmów pomoże w uratowaniu przynajmniej jednego zbiornika wodnego przez uświadomienie sytuacji, panujących przemian jakie się dokonują pod wodą i degradacji środowiska.

Wszędzie tam gdzie znajdują się chętni do współorganizowania, odbędzie się Maraton Filmów Nurkowych. Czas trwania takiego maratonu oscyluje od ośmiu do dwunastu godzin. W trakcie imprezy oprócz projekcji filmów autorstwa Sławka Pački, Konrada Dubiela, Wojciecha Zgoły, ProjektFilmu oraz wielu innych autorów można poznać i wysłuchać wiele osób związanych z środowiskiem nurkowym.

Gościliśmy już między innymi Bogusława Ogrodnika doświadczonego nurka i himalaistę, pomysłodawcę i autora Projektu 9000, który polega na osiągnięciu największej deniwelacji, czyli odległości między najniższym i najwyższym punktem na danym terenie.

Dr Jarosława Krzyżaka z wykładem i prezentacją książki „Medycyna dla nurków w pigułce” którą po wystąpieniu można zakupić wraz z autografem autora. Jacka Musiała rekordzistę Polski w nurkowaniu głębokim, który zszedł pod wodę na głębokość 235 metrów 27 maja 2009. Widzowie mogą wysłuchać jego relacji z tego osiągnięcia w trakcie oglądania filmu a po projekcji porozmawiać z rekordzistą. Bartłomieja Gryndę z firmy Galmarine producenta sprzętu nurkowego (latarki, obudowy do kamer, akcesoria do filmowania, zestawy łączności), z którym można podzielić się uwagami i doświadczeniem dotyczącym sprzętu jak i zasięgnąć porady.

Pierwszy premierowy pokaz filmów odbył się 1 maja 2009 roku w Olsztynie niezbyt pomyślnie z uwagi na termin, gdyż w tym czasie wiele osób ma już zaplanowany wieczór, mimo to znaleźli się chętni do wzięcia udziału w maratonie. Kolejne maratony cieszą się coraz większym zainteresowaniem co świadczy o potrzebie organizowania tego typu imprez, a terminy są już nawet na czerwiec 2010.

Jeśli jesteś zainteresowany tym aby maraton odbył się w Twoim mieście, znasz miejsce gdzie można zrobić taki pokaz, możesz pomóc w jego zaaranżowaniu to prosimy o kontakt, a my przyjedziemy do Ciebie w wyznaczonym terminie i zorganizujemy całą imprezę.

Wszelkie potrzebne informacje znajdziesz na stronie: www.maratonfilmowy.com

Serdecznie zapraszamy!

Darek Smosarski



Zanurzenie w Tatrach

We wrześniu br. zaproponowano mojemu koledze Michałowi i mnie udział w pracach podwodnych w Dolinie Pięciu Stawów Polskich.

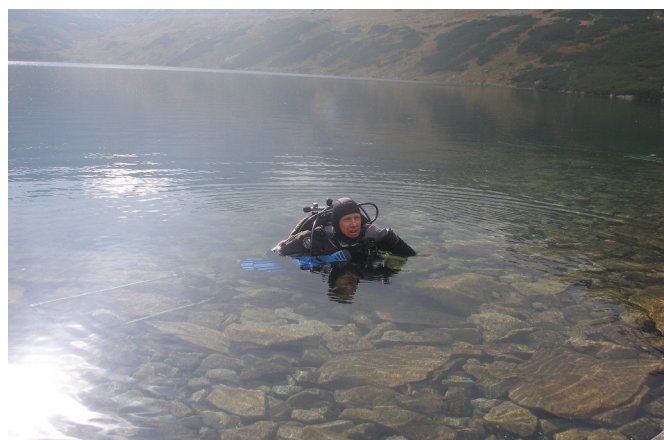
Początkowo myślałem że to żart, że to niemożliwe, ponieważ od wielu lat bezskutecznie starałem się o zgodę na nurkowanie w Tatrzańskim Parku Narodowym, oferując pomoc w sprzątaniu dna jakiegokolwiek stawu. Zaproszenie przyjąłem bez chwili wahania no i tym samym rozpocząłem chyba największą przygodę życia związaną z nurkowaniem. Zostaliśmy poinformowani, że dostawy do doliny są rzeczą trudną, więc musimy nie tyle dublować co potroić ilość wymaganego sprzętu na wypadek awarii. Później okazało się, że uszkodzeniu uległ sprzęt którego nie zdublowaliśmy, czyli nasz kompresor!



Gdy patrzyłem na zapakowany pod dach nasz dostawczy samochód, zastanawiałem się jak będzie wyglądał transport przez dolinę Rostoki. Okazało się to trudne, ale nie niewykonalne, bowiem sprzęt nasz podróżował pojazdem stworzonym specjalnie do tak trudnych warunków a ostatni etap transportu, powędrował nad naszymi głowami kolejką linową służącą do zaopatrzenia schroniska. Pierwszego dnia, już po zakwaterowaniu się



w pokoju, wiedziałem, że będzie to największa przygoda mojego życia.



Następny dzień przyniósł nowe wrażenia i emocje. Ciężka praca związana z przeniesieniem ekwipunku nad Wielki Staw została wynagrodzona pierwszym zanurzeniem. Marzenie się spełniło! Rozpoczęło się pierwsze nurkowanie, którego celem było stworzenie mapy batymetrycznej dna w okolicy budowy czepni wody do małej elektrowni wodnej, która niebawem ma zasilić ekologiczną energią schronisko. Podczas tego nurkowania udało mi się osiągnąć głębokość 63 m. i głębiej nie byłem w stanie robić pomiarów, z uwagi na panujące ciemności pomimo pięknej pogody i krystalicznej wody. Takiej przyjemności nurkowania nie czułem już dawno. Mając świadomość, że znajduję się w miejscu gdzie nurkowali nieliczni, to tak jakbym odkrywał nowy Świat, Świat surowy ale jednocześnie nieskalany, piękny i niepowtarzalny. Wokół ogromne głazy, ale jednocześnie krystalicznie czysta woda sprawiała wrażenie jakbym unosił się w powietrzu, tylko bąble gazu przypominały, że nie mogę oddychać bez automatu. Zmarszczona wiatrem powierzchnia wody powodowała załamanie się promieni słonecznych dając niewiarygodne refleksy. Oszałamiająca widoczność nie pozwalała się nudzić! Kolejne dni spędziliśmy na pracy nie tyle ciężkiej co precyzyjnej, ale za to w jakiej scenerii! Wokół wspaniałe szczyty polskich Tatr, dziewicza przyroda i oczywiście unikalny klimat schroniska i towarzystwo ludzi z nim związanych oraz niezapomniane wieczorne biesiady... Ci, którzy chodzą po górach, znają nastrój jadalni. Po całodniowej wędrówce, jest on jedyny w swoim rodzaju. Słabe światło żarówek w pełnej sali ludzi, których łączy miłość do gór, przy szklaneczce grzanego wina stanowiło dopełnienie dnia. I tak praca, choć czasem trudna i ciężka, połączona z przyjemnością trwała ponad trzy tygodnie. Ostatnie dni pobytu nie były już tak sielankowe. Dość obfite opady śniegu, silne podmychy wiatru oraz niskie temperatury sprawiły, że czas dojścia ze schroniska do Wielkiego Stawu wydłużył się z 10 minut do godziny a większość dystansu pokonywaliśmy na kolanach.

Brodząc w metrowych zaspach śnieżnych musieliśmy dźwigać ze sobą butle! Ostatni ciężki dzień sprawił, że wieczorem nie miałem siły nawet mówić. Gdy nadszedł dzień powrotu, byłem pełen obaw. Szlak praktycznie nie istniał! Od kilku dni nikt nim nie szedł a metrowe zasy wydawały się nie do przejścia. Na szczęście zebrała się całkiem duża ekipa w sile siedmiu osób. Pomogli też pracownicy schroniska wytyczyć szlak zimowy, co sprawiło że podróż w dół dla mojej sześciolatniej córki nieświadomej zagrożeń sprawił ogromna frajdę. Za każdym razem kiedy zapadała się po pas śmiała się w głos. Marsz w zaspach zajął nam ponad trzy godziny.

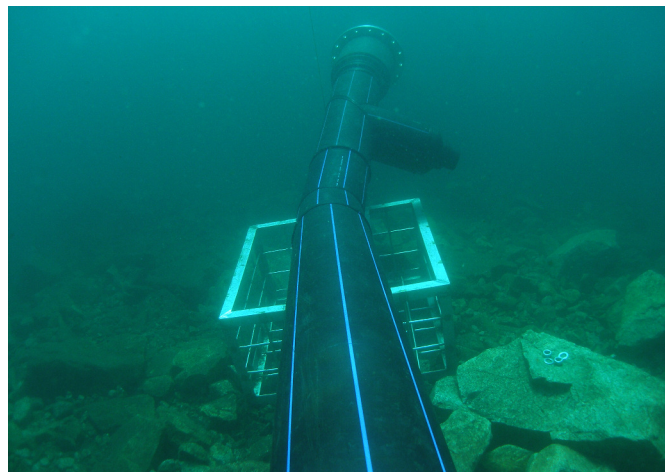
Tych kilku tygodni spędzonych w Tatrach nie zamieniłbym na żadną wyprawę do Egiptu. Szkoda tylko że w myśl obowiązujących przepisów w Tatrzańskim nie wolno nurkować.



Bałtyckie Przedsiębiorstwo Nurkowe „EXPLORER”

kursy nurkowania zawodowego
prace podwodne

0-502 542-533
www.explorer.gdynia.pl
explorer@cnet.pl



P.S. Szczególne podziękowania dla kierownika robót Ryszarda Guńki i kierownika prac podwodnych Janusza Brożka oraz rodziny Krzeptowskich.

Jacek Musiał

EMPTY SPACES

Badania i szkolenia



Empty Spaces - Jarosław Kur

Trimix Instructor
Technical Cave Instructor
Technical Wreck Instructor
Trimix Gas Blending Instructor

www.scientificdiving.eu
+48 506 707 377

fot. Meilcharek

Nurkowanie owadów

czyli pęcherzyki bez choroby dekompresyjnej

W Europie Środkowej występuje kilkanaście tysięcy różnych gatunków fauny wodnej. Jakikolwiek zbiornik wodny wielkości kilku metrów kwadratowych jest bardziej zróżnicowany biologicznie niż środowisko lądowe o tej samej powierzchni. Znaczną część tych zwierząt wodnych stanowią owady. Przystosowały się one do przebywania w środowisku wodnym na kilka interesujących sposobów. W niektórych przypadkach można mówić nawet o przystosowaniu do nurkowania. Podstawą dalszego omawiania będzie stwierdzenie, iż owady posiadają system oddechowy doprowadzający kanałami do każdej komórki gaz oddechowy (w składzie którego jest tlen), z pominięciem układu krążenia.

Interesujące jest to, że genetycznie owady nie są zwierzętami wodnymi, opanowały to środowisko znacznie później, oczywiście operując „miarami” biologii ewolucyjnej. Proces przystosowania do pływania u różnych grup owadów rozwijał się niezależnie. I co ciekawe w bardzo podobny sposób. Łączyła ich początkowo jedna wspólna cecha, ich chitynowy pancerz był nieprzepuszczalny dla wody, dodatkowo dokładnie uszczelniony tłuszczowymi substancjami.



Pływak żółtobrzeżek (larwa)

Na lądzie pancerz spełnia zadanie ochrony przed utratą wody, natomiast w wodzie sytuacja jest zupełnie odwrotna, nie pozwala wodzie wnikać do organizmu. Woda może swobodnie dostać się do cienkich przetchlinek oraz tchawek (są to rurki, którymi organy wewnętrzne organizmu zaopatrywane są w tlen i dodatkowo zmniejszają masę ciała). Niektóre grupy wykształciły specjalne pokrywy uniemożliwiające dostęp wody do przetchlinek, inne natomiast skrzelotchawki (cienkie blaszki przy uj-

ściach do tchawek) głównie już jako permanentne oddechowe przystosowanie do środowiska wodnego. Zadaniem powyższych organów jest, aby nie pozwolić wodzie dostać się to wnętrza organizmu. Owady „słyszają” z częstych przeobrażeń, powyżej omówione organy są zmienne w poszczególnych stadiach rozwoju: larwy: poczwarki, osobnika dojrzałego.



Pływak żółtobrzeżek (osobnik dorosły)

Niestety największy problem ciągle stanowi oddychanie w przypadku znajdowania się w wodzie, ponieważ system oddechowy nie jest przystosowany do funkcjonowania w warunkach immersji. Niektóre chrząszcze wodne gromadzą powietrze w postaci pęcherzyków, pod pokrywami skrzydeł lub w specjalnych bruzdach na brzuchu.

Zgromadzony nadmiar gazu powoduje dodatkową dodatnią pływalność. Proces nurkowania u wodnego chrząszcza Pływaka żółtobrzeżka (*Dytiscus marginalis*) polega na ciągłej walce z dodatnią pływalnością. Oczywiście jest to że organizmy te nurkują w celach pochwycenia ofiary i jak tylko przestaną wioślować odnóżami, wyskakują na powierzchnię.

Zdobycz musi być bardzo wartościowa, aby pokryć wydatek energetyczny takiego polowania.

W zgromadzonych pęcherzykach dokonuje się interesująca i bardzo korzystna dla chrząszcza wymiana gazowa.

Wydalany przez przetchlinki do pęcherzyka, dwutlenek węgla bardzo szybko rozpuszcza się w wodzie, a tlen jest pobierany fizjologicznie wspomnianym systemem rurek.

Ciśnienie parcjale tlenu stopniowo maleje, natomiast azotu pozostaje powiedzmy bez zmian. Tlen rozpuszczony w wodzie dyfunduje do wnętrza pęcherzyka. Dwutlenek bardzo szybko tworzy roztwór z wodą. Tworzą się dodatkowe różnice ciśnień parcjalnych gazów powodujące, że tlen ma dodatkowo znacznie większy gradient dyfuzji do pęcherzyka.



Pływak żółtobrzeżek (osobnik dorosły)

Tą powyżej opisaną zasadę zwaną „płucem fizykalnym“ wykorzystują omawiane duże chrząszcze wodne do których należy Pływak żółtobrzeżek, jak i niektóre inne owady żyjące w wodzie.

U niektórych grup, małych chrząszczy wodnych, ilość pobieranego tą metodą tlenu wystarczy na pokrycie ciągłego przebywania pod wodą.

Pęcherzyk po pewnym czasie traci azot zmniejszając się (azot dyfunduje do wody). Owad musi się udać na powierzchnię, aby uzupełnić zapas gazu. Duże chrząszcze muszą wypływać na powierzchnię co kilka minut.

Zauważmy, jak pomysłowe sposoby penetracji podwodnego świata tworzy proces ewolucji.

Jak widzimy przystosowania do tymczasowego zanurzenia się pod powierzchnię nie kończyły się tylko na etapie wykształcenia opływowych kształtów ciała.

Każdy nurek, który zna podstawy fizjologii nurkowania oraz nowoczesnych technologii konstrukcyjnych zaobserwował pewnie tutaj dwa znane sobie zjawiska.

Pierwsze to bardzo specyficzne „okienko tlenowe“, czyli proces (w tym przypadku) trwałego niedosycenia w pęcherzyku. Jeżeli pojęcie nie jest znane odbiorcom, to dodam że podobny proces (podobny tylko w założeniach) zachodzi podczas oddychania u człowieka (ma duże znaczenie podczas strategii nurkowania dekompresyjnego).

Drugie natomiast, to sorbowanie dwutlenku węgla i uzupełnienie ubytku fizjologicznego tlenu z „pęcherzyka-pętli oddechowej“, co robią (w uproszczeniu) użytkownicy aparatów CCR (o pełnym obiegu zamkniętym).

Oczywiście jest to popularnonaukowa dywagacja nie mająca podstaw merytorycznych, jednak pamiętajmy w fizjologii jak i we wszystkich procesach biologicznych liczy się mały nakład energetyczny oraz duży zysk. Wiele ze stosowanych technologii współczesnego świata było konkluzją obserwacji zwierząt żywych.

W następnej odsłonie kącika ekologicznego będziemy dalej zajmować się pojęciami ewolucji powiązanej ze środowiskiem wodnym.

Jarosław Kur - biolog, doktorant Polskiej Akademii Nauk, instruktor nurkowania jaskiniowego i technicznego IANTD.

FOTOGRAFIA PODWODNA

JACEK MADEJSKI

jacek.madejski@rafy.pl

j.madejski@wielkiblekit.pl

tel. 0 501 505 431

**KURSY CMAS
SZKOLENIA
WARSZTATY**

Konkurs

W Jeziorze Białym k. Gostynina powstała niezwykła ekspozycja postaci przedstawiających wojowników strzegących tajemniczego skarbu. Jest to 10 naturalnej wielkości sylwetek oraz wyobrażenie składającego się z dwóch części wraku prastarej łodzi. Bohaterowie

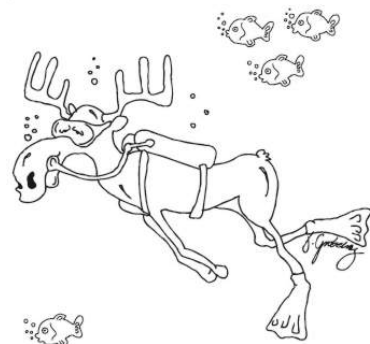


łączą w sobie cechy wikingów, antycznych i pogańskich wojowników, postaci z Królestwa Neptuna oraz świata fantazy. Jest wśród nich nie tylko Kolos czy Wiedźmak, ale także kobiety: Płodność, Płonąca Syrena, a przede wszystkim Pani Ośmiornica - Lady Octopus. Ta armia ma swoją legendę oraz swoją nazwę.

Dla pięciu pierwszych osób, które podadzą nazwę armii, mamy nagrodę. Jest to zestaw składający się z koszulki i kubka z wizerunkiem sympatycznego nurkującego łosia. Dalszych 15 osób zostanie wynagrodzonych kubeczkami. Odpowiedzi wysyłamy na adres: jacek@nuras.info.

Podpowiedzi szukaj w googlach i na youtube.

Nurkować każdy może...



mn



Idzie zima zła - memento

Zapowiada się wyjątkowo mroźna zima, więc sezon podlodowy będzie bardzo długi. Nurkowania pod lodem należą do jednych z najpiękniejszych i coraz więcej nurków chce ich doświadczyć. Mimo iż są one

względnie bezpieczne, to co roku zdarzają się jednak wypadki śmiertelne. Warto więc przypomnieć podstawową zasadę: pod lód wchodzimy tylko wtedy gdy mamy odpowiednie przeszkolenie i postępujemy zgodnie z wyuczonymi na kursie zasadami. Ryzyko jakie niesie ten typ nurkowań nie odstrasza jednak nurków do nieodpowiedzialnych zachowań. Skoro sama śmierć pod lodem nie jest dostatecznym powodem dla racjonalnych zachowań, to może warto uzmysłowić sobie, że jeśli zgubimy się pod lodem, to... zostaniemy odnalezieni dopiero na wiosnę!



red.

m/y NITROX
PORT HELIX

Nurkowania wrakowe wokół Helu
Wyprawy na Bornholm
Safari po Bałtyku

Nurkowania wrakowe wokół Helu
Safari po Bałtyku
Wyprawy na Bornholm

www.wraki.eu
club@globe-diving.pl

Na pokładzie mamy do dyspozycji przestronną ogrzewaną mesę, kuchnię i WC. Pod pokładem znajdują się 2 pomieszczenia z kojami, prysznic i umywalka. Na jednostce zainstalowany jest bank powietrza i sprężarka, oraz winda nurkowa. Jednostka umożliwia przeprowadzanie nurkowań przez cały rok.

Kontakt:
club@globe-diving.pl
tel. 506 108 901

m/y Nitrox

po prostu
DOBRZE
zrobione



NOWA SERIA SPORT
Niepowtarzalny projekt,
jakość oraz wykonanie
jest podstawą każdego
skafandra BARE.
Idealny produkt
w konkurencyjnej cenie.

BARE
DIVE

www.bare.pl

Od „Dugonga” do „Schleswiga - Holsteina”



**Z Dawidem Józwiakiem z Projektfilm rozmawia
Karol Pawliczak AI PADI**

Karol - Co to właściwie jest film nurkowy?

Dawid - *Postępuję się tym określeniem, ponieważ nie chciałem by moje filmy klasyfikowano jako filmy podwodne. Dla mnie kino podwodne to jest to, co robi BBC. To wielkie produkcje z ogromnymi budżetami helikopterami z całą masą naukowców, którzy korygują błędy realizacyjne. Tego typu realizacje możliwe są wyłącznie przy wsparciu wielkich telewizji albo przez nie są robione. Myślę, że to, co do dziś przygotowało BBC jest w zdecydowanej większości znakomite. Jestem też pełen podziwu dla ludzi, którzy przy znacznie skromniejszych środkach starają się dogonić BBC. Przecież są to przede wszystkim utwory poświęcone podwodnym cudom natury i przeznaczone dla ludzi, którzy najczęściej świat ten znają wyłącznie z ekranu telewizyjnego ... no, może jeszcze z akwarium. Ja zaś robię i chcę robić filmy o nurkach i nurkowaniu, o podwodnym świecie widzianym oczami nurków. Na równi z fascynacją światem podwodnym fascynuje mnie bowiem człowiek, który stara się z podwodnym światem zmierzyć. Dlatego, gdy Polacy realizują kolejny ciekawy projekt związany z eksploracją podwodną staram się tam pojawić z kamerą.*

Mówiąc w skrócie: w moich filmach ważny jest bohater i najlepiej, gdy jest nim nurek.

Karol - Jak to u ciebie się zaczęło?

Dawid - *Zaraz po kursie OWD już przy pierwszych wyjazdach do Egiptu zauważyłem, że nie potrafię opowiedzieć moim bliskim, co widziałem. Denerwowało mnie to strasznie. Kupiłem kamerę, ale jakoś nic się nie kleiło. Wszystko, co sfilmowałem, wydawało się nijakie i wtórne: kompletnie nie oddawało to moich wrażeń i emocji. Miałem już sobie dać z tym spokój, gdy podczas wakacji na Rodos przeczytałem książkę Kursona „W pogoni za cieniem”. To dzięki niej dostrzegłem wreszcie w jak odmienny od „sucholądowców” sposób patrzy na świat nurek. Sam zresztą pewno Karolu nie jeden raz doświadczyłeś tej - że się tak wyrażę - niekompatybilności doświadczeń. Zrozumiałem, że to, co z mojego punktu widzenia jest najciekawsze, to jak pokazanie rzeczywistości podwodnej z perspektywy nurka. Dokupiłem wówczas dwie dalsze kamery i powołałem do życia Projektfilm. Trzeba tu podkreślić, że od początku projekt ten realizowałem z Piotrem Owczakiem*

Ważną rolę w działaniach odegrał również Bartek Grynda - Gralmarine czyli człowiek, który rozumie, o co chodzi zarówno w nurkowaniu jak i w filmie. Bardzo niewiele jest takich osób w Polsce.

Karol - Zaczęłeś od filmów z Egiptu?

Dawid - *Tak, wróciłem do Egiptu, ale już nie do Hurghady. Pojechałem z Markiem Rokowskim do Marsa Alam. Chciałem zobaczyć coś innego i zobaczyłem ... Dugonga. Był to pierwszy film, który dał mi coś, co można nazwać siłą na dalsze realizacje. Reszta poszła łatwo.*

Co ciekawe, wróciłem tam po latach (dokładniej mówiąc miesiąc temu), by ponownie sfilmować Dugonga. Wiedziałem że nie ma go już jednak na Abudabab i byłem bardzo ciekaw co się z nim stało. Próby uzyskania wiarygodnych informacji na ten temat spełzły niestety na niczym. Nikt też nie chciał wypowiadać się do kamery. Czuję smutek i duży niedosyt, bo wydaje mi się, że jestem winny Dugongowi dokończenia jego historii. Może to sentymentalne i infantylne, ale naprawdę wydaje mi się, że to ważne.

Karol - Schleswig- Holstein to poważny projekt. Opowiedz tę historię.

Jak to się stało, że wrak oglądał ostatni żyjący Westerplaczyk?

Dawid - *To była naprawdę niesamowita akcja i niesamowici ludzie. Dostałem propozycję i od razu się zgodziłem. Była to dość kosztowna wyprawa i naprawdę bardzo ciężka, ale się udało. Nie ma co opowiadać przebiegu akcji, bo była opisywana już wiele razy. Powiem tyle: Radek Bizoń, Roman Młodożeniec, Rafał Górecki czy pozostali członkowie grupy pływającej, na Nitroxie to nurkowie z historią, ludzie o których można byłoby zrobić oddzielne filmy i każdy z nich byłby naprawdę ciekawy.*

Zaraz po sfilmowaniu wraku Schleswiga- Holsteina w porcie w Estonii myślałem, że czegoś mi brakuje. Brakowało mi widza. Pomysł narodził się w mojej głowie, gdy dyskutowałem z Radkiem Bizoniem o wraku. Już poza ekspedycją po powrocie do Polski pojechałem do Pana Ignacego Skowrona ostatniego żyjącego i mogącego się wypowiadać Westerplaczyka. Gdy pokazywałem zdjęcia wraku Panu Skowronowi a on opowiedział mi historię obrony Westerplatte, to utwierdziłem się w przekonaniu, że warto to robić. To było wzruszające i naprawdę niesamowite przeżycie.

Karol - A kolejne realizacje - Rekord pod lodem, Instruktor, Bali, Rekordzista... co nam opowiesz o tych filmach?

Dawid - Cóż mogę powiedzieć. Krzysiu Polaczek to naprawdę mistrz i tyle. Myślę że jego czas rekordów pod lodem nadchodzi.

A film Instruktor to materiał, który był tak naprawdę wyłącznie dla nurków. Chciałem odstąpić odrobinę jak wyglądają kursy instruktorskie i chyba mi się to udało. Maciek Curzydło dał mi wiele swobody. To zawodowiec i osoba otwarta na współpracę. Wiem, że ten film wywołał wiele kontrowersji. To dobrze. Po to robi się filmy by wywoływały dyskusje. Ktoś napisał na Forum Nuras po filmie Instruktor, że „żelazna kurtyna opadła”. Nie znam tej osoby, ale jeśli mogę to teraz mu dziękuję. O to mi właśnie chodziło.

O filmach z Bali mogę powiedzieć jedno. Adam Malec dał mi szansę filmowania płynącej łodzi podwodnej. To było świetne przeżycie. Ogromna łajba wylaniająca się z toni. Super!!

Film Rekordzista – to po prostu Jacek Musiał. Polecam poznać tego faceta. Mistrz, który cieszy się nurkowaniem tak jakby wczoraj skończył OWD . Najskromniejszy mistrz, jakiego spotkałem

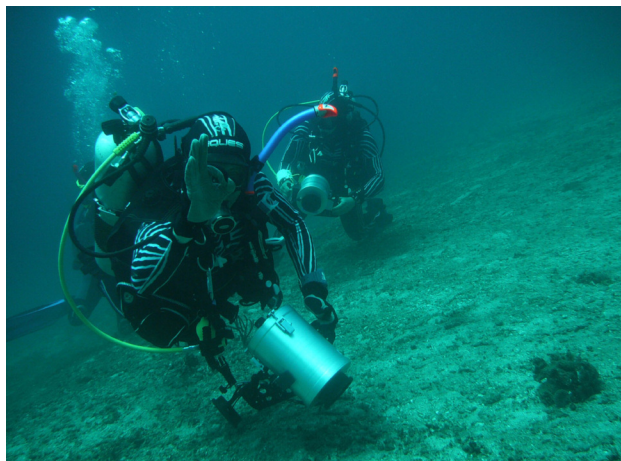
Karol - Co powiesz na zarzuty, że produkujesz filmy reklamowe oraz że w twoich filmach widać reklamę?

Dawid - To ciekawa uwaga, ale wcale mnie nie dotyczy. Cieszę się że jako pierwszy wprowadziłem reklamy filmowe albo tzw. filmy opisowe w polskim środowisku nurkowym. To był bardzo dobry krok. Uważam, że nie reklamowałem produktów złych a polscy nurkowie mają prawo wyboru. Czy przekazywanie sprzętów na testy jest uczciwsze?

Ile osób może tego doświadczyć? Każdego dnia w Polsce pojawia się nowa osoba nurkująca. Pokażmy jej, co może nabyć, dajmy jej prawo wyboru.

Sprzęt nurkowy tak jak w innych dziedzinach rozwija się i trzeba być na czasie z informacją.

W przyszłym roku mam zamiar zaproponować firmom nurkowym pewne filmowe rozwiązania, które może pomóc polskiemu nurkowi.



Karol - Nie chodzi mi o twoje filmy reklamowe, ale o filmy dokumentalne.

Dawid - Przykro mi jest, gdy zarzuca mi się reklamę towaru jak robię filmy o projektach nurkowych lub polskich nurkach. To, że pokazuję, że jedna osoba próbuje zrobić więcej wydaje się normalne. Każda dziedzina się rozwija i w każdej dziedzinie ktoś idzie do przodu.

Atakowanie mnie, że promuję polskich nurków i ich projekty wydaje mi się lekko nienormalne i przypomina komunę lat 80-siątych . Mówiąc prawdę nie zwracam na to uwagi, co piszą na forach o moich filmach. Zwykle piszą ci sami starający się usilnie zaistnieć i „polansować”. Smutno jest mi jednak, że to środowisko jest tak podzielne. Te podziały są bardzo widoczne i naprawdę czasami się odechciewa robienia czeokolwiek. Wtedy jednak spotykam kogoś ciekawego, kto opowiada o kolejnej wyprawie a ja zaraz po rozmowie pakuję kamery i jadę filmować akcję.

Karol - Opowiedz coś o porażkach. Jaka była największa?

Dawid - Pojechałem w zeszłym roku w zimie filmować orki w Norwegii. Zainwestowałem masę pieniędzy. Przy temperaturze -20 stopni szukałem ich w norweskich fiordach. Odmroziłem ręce .Orki nie przyplłynęły. Wracałem załamany. Podobnie było w Kenii jak utopiłem pierwszą kamerę. Oj była rozpacz. Teraz zawsze jeżdżę z dwoma kamerami. Ale tak bywa i nie ma, co tego wspominać.

Karol - Czy Tajemnicy Homara będzie ciąg dalszy?

Dawid - Będzie. Poznanie Grupy Nurków Jaskiniowych a zwłaszcza Mirka Kopertowskiego zaowocuje na pewno jaskiniowymi przygodami. Mamy już pewne plany, ale na razie to tajemnica. Myślę że Magazyn Odkrywca też może być ciekawym medium z nurkowymi odkryciami. Wydali w pełnej wersji Tajemnicę Homara na płycie robiąc duży ukłon w stronę środowisk nurkowych.

Karol - Blender twój ostatni film i historia kolejnego nurka?

Dawid - Krzysztof Hrynczyszyn „Junior” to barwna a zarazem ważna postać dla polskiego a nawet światowego nurkowania. Mieszał gazy do wielu rekordowych nurkowań w tym do rekordu świata w nurkowaniu głębokim. Dziś podjął ryzyko i zbudował bazę techniczną na południu Egiptu dla polskich nurków choć każda baza techniczna na świecie zatrudniłaby go natychmiast. Cenię ludzi którzy nie odcinają kuponów od swoich sukcesów tylko podejmują rękawice i zaczynają coś nowego.

Dodatkowo chciałem tym filmem przypomnieć o tych wszystkich którzy mieszają nam gazy i biją butle. Często o nich się zapomina a to odpowiedzialna praca. Ja pamiętam.

Karol - Trzy kamery poważne realizacje a prawie wcale nie grasz we własnych filmach. Trochę chowasz

się za nazwą Projektfilm. Nie lubisz stać przed kamerą?

Dawid - *Lubię ale wolę stać za kamerą. Nie lubię i nie muszę się lansować. Projektfilm to instytucja która ma pełnić rolę służebną dla środowiska nurkowego. Ma pokazywać to środowisko, ciekawych ludzi i ciekawe miejsca. Chciałbym by Projektfilm stał się medium do którego może zadzwonić każdy nurek który ma nowy pomysł i chce go pokazać. To dla mnie najważniejsze, a to czy ktoś będzie kojarzył że Projektfilm to ja nie ma dla mnie żadnego znaczenia.*

Karol - Plany na przyszłość?

Dawid - *Dobre pytanie ...*

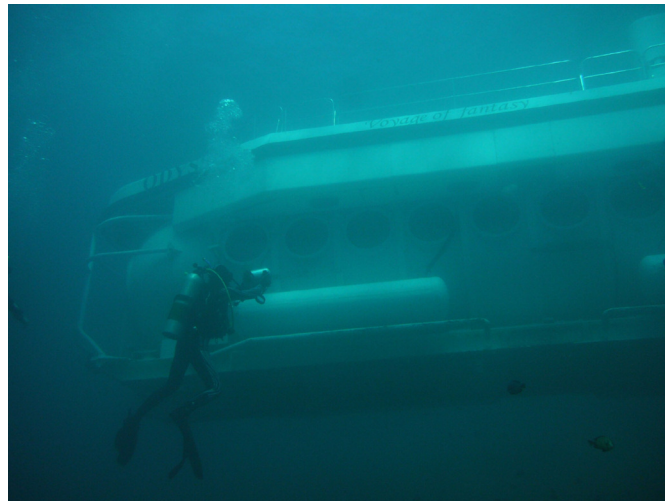
Przyszły rok to akcje bałtyckie. Oczywiście na Nitroxie. Mam straszny sentyment do tej nurkowej tajby. Poza tym zaczynam projekt podróże z kamerami i czekam na oferty organizatorów wyjazdów. Ja się na tym kompletnie nie znam. Chciałbym by wszyscy, którzy zebrali się wokół Projektfilmu byli zadowoleni, bo jedziemy robić filmy, a to jest takie proste.

No i to, co najważniejsze. Mam nadzieję na pierwsze zdjęcia do "Zabić Nurka". Projekt scenariusza stał się scenariuszem i może uda się rozpocząć pierwszą czysto

polską nurkową etiudę fabularną. Od „Diamentu z Tytanica po Polsku“ myślę tylko o tym by zacząć fabułę, ale teraz poważną To bardzo poważny temat. Nic więcej nie powiem bo zapeszę.

Karol - Co myślisz o Nuras.info?

Dawid- *Bardzo dobry pomysł. Chyba że ocenzurują mój wywiad. (śmiech)*



**Gdy nadejdą Święta,
niech nadzieja i radość zastukają do Państwa drzwi,
a Nowy Rok przyniesie pomyslność
i szczęście każdego dnia.**

Życzy
Bałtyckie Przedsiębiorstwo
Nurkowe „EXPLORER”

GRALmarine

Z okazji Świąt Bożego Narodzenia oraz zbliżającego się Nowego Roku firma GRALmarine pragnie złożyć swoim klientom i przyjaciołom serdeczne życzenia, dużo radości, sukcesów w pracy i życiu osobistym.

Bartłomiej Grynda

ŚCIEŻKINIE CENTRUM NURKOWE
Dive Devil

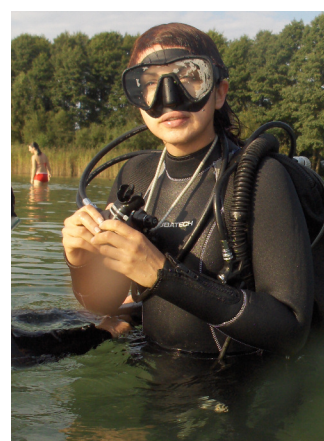
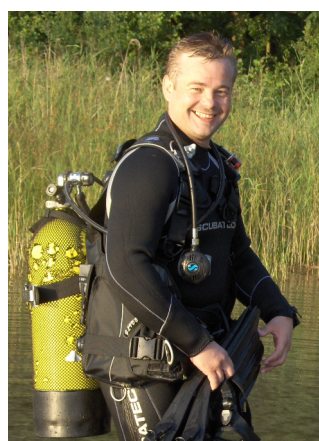
**ZAPRASZAMY
NA KURSY**
www.divedevil.com.pl

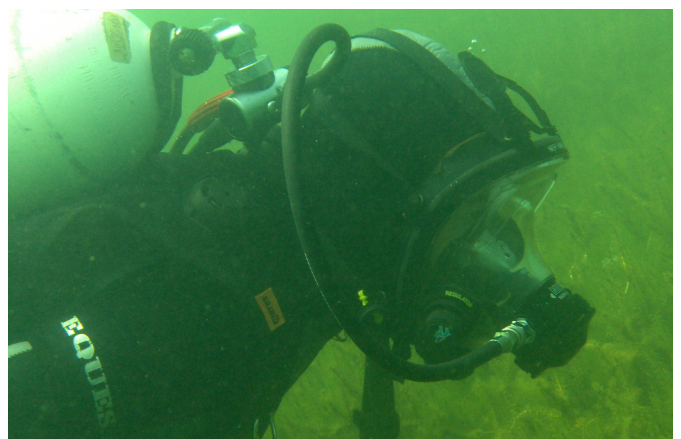
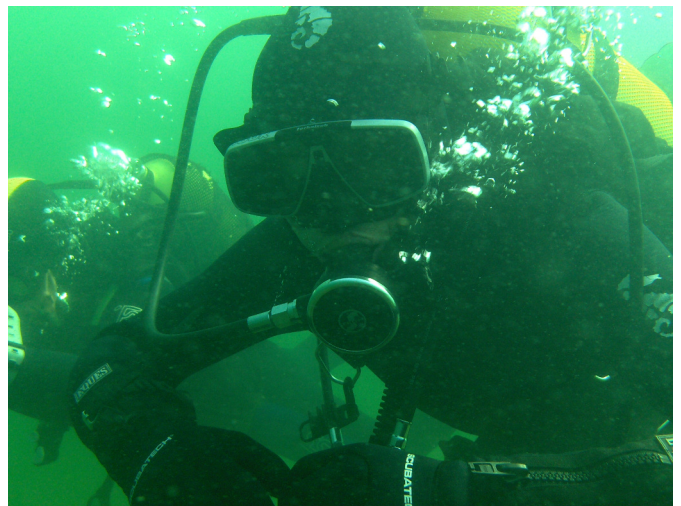
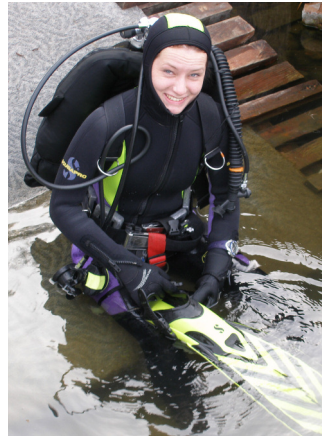
Mój pierwszy raz

Kochani instruktorzy, Wasi kursanci rozpoczynający drogę nurkową mają pełne prawo do uczestnictwa w życiu naszego magazynu.

W tym miejscu proponujemy galerię „Mój pierwszy raz“ gdzie zamieścimy zdjęcia z kursów OWD nowych adeptów sztuki nurkowej wraz ze swoimi instruktorami. Zdjęcia nie muszą być podwodne, ważne żeby środowisko wiedziało że mamy nowego nurka.

Dla Was jako instruktorów jest to element promocji kursantów oraz swoich szkół.





BALTIC TECH

Tradycyjnie już w końcu listopada miłośnicy nurkowania technicznego mieli okazję do spotkania. Po raz trzeci konferencja zorganizowana została nad wybrzeżem Bałtyku. Organizatorzy: SANTI, Baza Nurkowa LITORAL, TRYTON oraz Centrum Techniki Podwodnej Piórewicz po raz kolejny stanęli na wysokości zadania. W ciągu dwóch dni mieliśmy okazję wysłuchać m.in. wykładu Bruca Winke o algorytmach dekompresyjnych w nurkowaniu głębokim, Iwony Pomian o prawnych uwarunkowaniach nurkowań na bałtyckich wrakach, Rasmusa Lauritsena o wykorzystywaniu CCR w nurkowaniach głębokich, JP Bressera o zrealizowanych projektach nurkowań jaskiniowych.

Omówione zostały także zrealizowane projekty nurkowań wrakowych m.in. na Grafie Zeppelinie, Seahors'ie oraz S/S Centric na Alandach. Nie brakło wykładów Roberta Klajna i Tomasza Żabierka. Równolegle odbywał się panel warsztatowy. Ich tematyka to: fotografia podwodna, suche skafandry o rozpoczęciu przygody z nurkowaniem technicznym. Jako warsztaty odbyło się spotkanie instruktorów DAN.

Także importerzy i producenci sprzętu nurkowego mieli okazję się zaprezentować. Odnoszę wrażenie, że chyba liczniej niż na niezbyt atrakcyjnych nurkowskich targach „Wiatr i Woda”

Była to potrzebna, udana impreza skupiająca nurków technicznych z Polski oraz coraz liczniej przyciągająca znane osobistości ze świata związane z nurkowaniem.

red

Vento Project 2010

W związku z porozumieniem z Federazione Speleologica Veneta zawartym w sierpniu 2009 roku w Marcon, Italy dotyczącym działalności eksploracyjnej grupy nurków jaskiniowych XDi-versTeam w rejonie krasowym Veneto, podjęliśmy trud zbadania najgłębszych partii jaskini Laghetto di Ponte Subiolo (Elefante Bianco).

Otrzymaliśmy zezwolenie z prefektury Provincia di Vicenza na działalność badawczo – eksploracyjną oraz zostaliśmy wpisani w rejestr nurków prowadzących działalność badawczo-eksploracyjną na terenie regionu Veneto w CNSAS CAI Vicenza, o czym zostały poinformowane: Policja, Straż Pożarna, Nadleśnictwo, Służby Ratownicze, ULSS Bassano i Comunita Montana del Brenta.

Celem projektu jest zaporeczowanie i skartowanie jaskini Elefante Bianco w przedziale głębokości 120-160m. Aby to zrealizować należy wykonać serię nurkowań. Dysponujemy zespołem składającym się z 10 nurków jaskiniowych przygotowanych do tego typu nurkowań. Posiadamy zaplecze techniczne pozwalające na zrealizowanie tego projektu. Będzie to rekordowe nurkowanie jaskiniowe (pod względem głębokości i jednocześnie odległości od otworu). Elefante Bianco jest jedną z najtrudniejszych, najbardziej wymagających ale i jedną z najbardziej ekscytujących europejskich jaskiń.

Project Manager: Michał Winek

Surface Manager: Jacek Zgutka

Push Diver: Michał Winek

Support Team: Krzysztof Biały, Ryszard Deneka, Jakub Jacewicz, Robert Rayski, Margita Ślizowska, Mariusz Kozłowski, Przemysław Głębocki, Adam Frajtak

Czas trwania projektu: 5 dni (planowany termin: 6-10 stycznia 2010)

Nurkowania:

dzień 1: przygotowawcze do 100m

dzień 2: eksploracyjne do 120m

dzień 3: przygotowawcze do 60m

dzień 4: eksploracyjne 150+m

dzień 5: likwidacja instalacji (do 60m)

Przebieg projektu zostanie udokumentowany w formie fotograficznej i filmowej oraz rozpropagowany w mediach związanych z nurkowaniem i podróżami.

by „Syrenka” & „Majki”



KONKURS

Trzy pierwsze osoby, które odgadną jakie zwierze jest na zdjęciu i prześlą na wojtek@nuras.info poprawną odpowiedź otrzymają kalendarz nurkowy.

Instruktor

Jacek Kurzątkowski - Grzegorz, ostatni raz widzieliśmy się 15 lat temu. Aż trudno uwierzyć. Byłeś świeżo upieczonym trenerem pływania, pracownikiem AWF Gdańsk, uczyłeś mnie wtedy jak obniżyć konsumpcję powietrza pod wodą, pokazałeś szereg interesujących ćwiczeń.

Nie ukrywam, że do tej pory przekazuję tę wiedzę swoim kursantom. Przez te wszystkie lata wielokrotnie słyszałem o Tobie i wiem, że bardzo konsekwentnie budowałeś swoją pozycję w świecie nurkowym.

Prowadzisz kursy nurkowania zawodowego, kierowałeś akcją zatopienia „Bryzy” z której pletwonurkowie wyciągnęli już kilkadziesiąt ufundowanych przez Twoją firmę pamiątkowych medali, szkolisz instruktorów pletwonurkowania CMAS, a teraz dowiaduję się, że w 2008 roku zostałeś najlepszym instruktorem DAN w Europie!?

Dlaczego tak mało osób w Polsce o tym wie?

Grzegorz Bernaciak - *Mała poprawka - byłem najbardziej aktywnym instruktorem DAN Europe w 2008 roku. Przynajmniej tak to zostało sformułowane na okolicznościowym dyplomie. Konkursu na najlepszego instruktora DAN chyba nie prowadzi.*

Natomiast co do drugiego pytania, to myślę, że w środowisku nurkowym brak jest obiektywnego i rzetelnego przekazu informacji. Może Wasza inicjatywa coś zmieni?

JK - OK. Spójrzmy na to obiektywnie. Ile osób przeszkoliłeś i co to były za kursy?

GB - *Wydałem łącznie 302 certyfikaty, wśród nich najważniejsze to Oxygen Provider, AED oraz BLS. Swoją ofertę szkoleniową skierowałem nie tylko do nurków, ale także do firm, których pracownicy obligatoryjnie powinni mieć przeszkolenie w udzielaniu pierwszej pomocy. Poza tym szkolenia "danowskie" przechodzą wszyscy nurkowie podczas kursów P3 i kursów instruktorskich KP LOK CMAS oraz kursów na nurka zawodowego. W nagrodę zostaliśmy zaproszeni wraz z szefem szkolenia KP LOK CMAS Pawłem Goliakiem do głównej siedziby DAN w Roseto na kurs Instruktor Trenera DAN. W tym roku wyszkoliłem już 52 instruktorów DAN.*

JK - Dlaczego szkolisz akurat w DAN? Jest przecież szereg innych organizacji proponujących podobne kursy.

GB - *Jest to najbardziej rozpoznawana organizacja szkoląca pletwonurków w tym zakresie na świecie, a jej*

programy uchodzą za najlepsze. Zarówno US Navy jak i międzynarodowa organizacja szkoląca nurków zawodowych ADCI wybrały DAN do swoich programów. Standardy są dopracowane, materiały edukacyjne bardzo atrakcyjne. W trakcie tych szkoleń bardzo dbamy o komfort kursantów, wytyczne regulują ilość uczestników przypadającą na jednego instruktora oraz ilość użytego sprzętu.

JK - Jakie są kompetencje nurków do ratowania ludzkiego życia po takim kursie.

GB - *Są bardzo wysokie. DAN nieustannie monitoruje rozwój wiedzy i doświadczenia w tym zakresie na całym świecie i dostosowuje do tego swe kursy. W trakcie szkolenia dbamy o prosty przekaz, staramy się wykształcić odruch niesienia pierwszej pomocy. Stąd przewaga ćwiczeń nad suchą teorią.*

Poza tym ta wiedza musi być odnawiana co dwa lata, w ten sposób, odświeżamy wszystko to co uległo zapomnieniu. Moi kursanci przygotowani są do działania w krytycznej sytuacji, działają zgodnie z międzynarodowymi schematami, rozumieją medyczne podstawy kolejnych kroków.

JK - Jak oceniasz stan świadomości naszego społeczeństwa jeżeli chodzi o BLS.

GB - *Jest jeszcze bardzo dużo do zrobienia, jesteśmy dopiero na początku drogi. Automatyczne defibrylatory wkrótce będą bardzo powszechne, coraz więcej firm chce szkolić swoich pracowników w zakresie ratowania ludzkiego życia. Świadomość skuteczności BLS kreuje głód szkolenia. Uważam, że w tej chwili wiedza i umiejętności Polaków w tym zakresie jest niewielka, jednak intensywny rozwój tego sektora szkoleń pozwala dość optymistycznie patrzeć w przyszłość. Mam nadzieję, że jeżeli kiedyś zdarzy się nagle zatrzymanie krążenia u mnie lub u kogoś mi bardzo bliskiego, to w pobliżu znajdzie się osoba, która podejmie kompetentne działania.*

JK - Piękna pointa! Dziękuję za wywiad.



Na dziecku nurkowanie się nie kończy

W życiu większości par nadchodzi moment, kiedy pojawia się wieść o spodziewanym potomstwie. Jest to czas entuzjastycznego oczekiwania i radości. Są to także pytania i wątpliwości. Dziecko zmienia całe życie i wszystko jest jemu podporządkowane. A co z nami, naszymi pasjami? Czy nurkujący tata powinien zakończyć sezon i zrezygnować z weekendowych wypadów? Czy nurkująca mama musi odwieść płetwy, dopóki szkrab nie będzie samodzielny? Czy dziecko oznacza koniec nurkowania? Zapewniam Was, że nie. Wszystko można ze sobą pogodzić, jeśli tylko się chce. Ale zacznijmy od początku.

Gdy pojawia się ciąża przyszła mama musi niestety oddać pierwszeństwo w nurkowaniu swojemu maleństwu na najbliższe 9 m-cy. Następstwa nurkowania w ciąży i jego wpływ na płód nie są do końca znane, a co za tym idzie, nie zalecane. W końcu ważniejsze jest dobro dziecka niż chwilowa satysfakcja. Jednak przyszłe mamy instynktownie rezygnują z różnych przyjemności i jest to naturalne. Na okres ciąży zapominamy o nurkowaniu, ale nie musimy głaskać brzuszka w domu w towarzystwie przyszłego tatusia. Zapewnijmy sobie i naszemu partnerowi odrobinę relaksu. W tym okresie potrzebują go obydwie strony. Świeże powietrze, słońce, trochę ruchu i dobre towarzystwo pozwolą zapomnieć o młodościach, chwiejności nastroju i stresie związanym z budową gniazdka. A na nurkowisku pani z brzuszkiem wzbudza nieładną zachwyty. Przecież przyczynia się do powiększenia nurkowej braci.

Co jednak zrobić, gdy Twój luby zakłada sprzęt i idzie nurkować, a Ty pozostajesz na brzegu z zazdrością, bo tak bardzo tęsknisz do zanurzenia? Jeśli tylko pogoda pozwala polecam snoorkling. Dla kobiety, to mała namiastka podwodnej przygody, ale dziecku w brzuszku bardzo się to podoba. Pamiętajcie, że ciąża to doskonały



okres na spontaniczne wyjazdy i miły relaks. Później ciężej będzie Wam się zebrać.

Powiedzmy, że etap ciąży udało się spędzić choć po części nurkowo, ale dziecko się rodzi i co dalej? Świat się nie kończy. Tylko wygląda inaczej i wymaga innej organizacji. Priorytetem staje się nasze maleństwo, ale nic nie da mu większej radości niż wypoczęci, szczęśliwi rodzice. Dlatego warto pamiętać także o sobie. Nasza córka pierwszy raz była na nurkowisku kończąc drugi miesiąc swojego życia. Wtedy nie zrobiło to na niej wrażenia. Emocje udzielały się tylko nam, rodzicom, a dzidziuszczył się świetnie. Z przyjemnością leżakowała na kocyku rozłożonym przy plaży. Dookoła dużo się działo i było co obserwować, zaś sen na świeżym powietrzu dawał dużo wypoczynku.

Z perspektywy czasu mogę powiedzieć, że najłatwiej było połączyć rodzicielstwo z nurkowaniem w pierwszym roku życia córki z racji na to, że ten sport jest także naszą pracą, Julka jest typowym wychowankiem nurkowym. Świat płetwonurków jest dla niej codziennością. Od początku jeździła z nami i naszymi kursantami co weekend na Mazury. W wodzie przeciętnie spędza się ok. 30 minut, dwa razy dziennie. To tylko godzina bez mamy, a rodzice na brzegu mogą się wymieniać opieką. Nie dajcie się Panie zapędzić w pieluchy. Tatus poradzi sobie z dzieckiem w trakcie Waszej nieobecności, a odpoczynek jaki zyskacie w taki weekend da Wam siłę na resztę tygodnia. Jeszcze ciekawiej jest, gdy znajdziecie w sobie odwagę aby pozostawić brzdąca pod opieką zaprzyjaźnionej cioci i zanurzyć się razem. Takie chwile potrafią przypomnieć, że nie jesteście tylko rodzicami, ale też partnerami i nadal macie siebie. Wiele osób obawia się, że ciężko będzie ogarnąć małego turystę i jego ekwipunek na wyjeździe. Zapakowanie rzeczy dziecka i sprzętu nurkowego zawsze jest wyzwaniem, ale gdy zabierzecie niezbędne rzeczy żadne warunki nie będą Wam straszne. Bo dziecku wystarczy ciepło, pełen brzusek, sucha pielucha i rodzice z uśmiechami na twarzy. Przy częstych wyjazdach Wy będziecie odprężeni, a dziecko szczęśliwe i zahartowane. Nic nie działa lepiej na rozwój malucha niż przebywanie na powietrzu przy różnorodnej pogodzie i wielorakość bodźców. Natura i przyjazne środowisko czynią cuda.





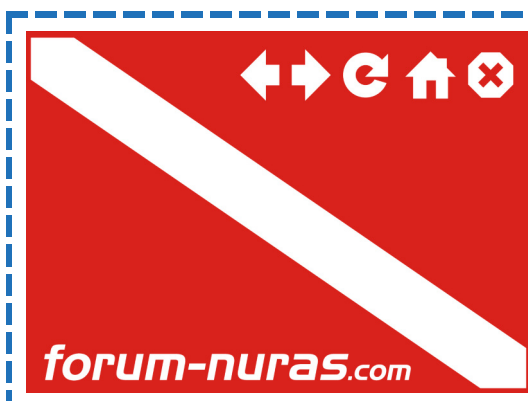
Pamiętajcie więc o Waszej pasji również wtedy, gdy pojawi się Wasza pociecha. Poszukajcie klubów nurkowych przyjaznych rodzinom. Jest ich coraz więcej. Jeśli nie ma takich w Waszym mieście, szukajcie gdzieś dalej. Niezależnie skąd jest organizator zawsze i tak spotykacie się nad wodą. Nie musicie do tego być sąsiadami. Wyjeżdżając z innymi rodzicami zapewnicie sobie miły wypoczynek i czas na nurkowanie, a dziecku możliwość przebywania z rówieśnikami i stałą opiekę.

To wspaniały sposób na wprowadzenie pociechy do naszego fascynującego świata. Wszyscy wiemy, że ten sport zajmuje dużą część naszego czasu. Dobrze by nowe pokolenie czuło się wśród nurków jak w domu i poznało precudne podwodne bogactwa naszej planety.



A rodzice? Mając dziecko nadal mogą być pasjonatami. Bo lepiej wzbogacić obecne życie wyczekany członkiem rodziny, niż w umęczeniu budować życie od nowa.

Anna Cudna - Zbrożek



*By Wam wszystko pasowało,
by kłopotów było mało,
byście zawsze byli zdrowi,
by problemy były z głowy,
by się wiodło znakomicie,
by szczęśliwe było życie!*



ScubaDiver

Centrum Nurkowe

SSI
SCUBA SCHOOLS
INTERNATIONAL

serious diving. serious fun.

*Wszystkim nurkom życzymy
wymarzonych zanurzeń,
tyle samo wynurzeń,
podróży ciekawych i świetnej zabawy.*

ul. Świdnicka 6a,
03-509 Warszawa
Tel. 0-22 425 98 76,
Kom. 606 68 56 39
info@scubadiver.pl

Wesołych Świąt

www.scubadiver.pl