

## Curso de apnea multinivel 1 y 2 con Miguel Lozano

3 días - Vida a Bordo - ISLAS COLUMBRETES  
28 septiembre - 01 octubre 2020

### El instructor: Miguel Lozano

Subcampeón del Mundo de Apnea en Inmersión Libre y Sin Aletas Mundial AIDA 2015.

Segundo apneísta más profundo del Mundo en Inmersión Libre con -122m.

Instructor Trainer SSI & AIDA & APNEA ACADEMY & CMAS

**FIM -122m / CWT -100m / CNF -76m / STA 8'23"**



### El barco

El "Sea Cucumber" es un magnífico velero de **15.30 m** de eslora preparado expresamente para combinar navegación a vela, buceo y apnea.

Además del salón-cocina y los tres baños, contamos con cinco camarotes dobles que nos brindan una gran habitabilidad y comodidad.

A su vez, contamos con una embarcación auxiliar de gran utilidad, kayaks y por supuesto con todo el equipo de seguridad recomendado tanto como para navegación como para el buceo recreativo y la apnea.

### Las Islas Columbretes

A 30 millas de las costas de Castellón, emerge el singular archipiélago formado por cuatro grupos de islotes de origen volcánico: las Islas Columbretes.

Rodeadas de aguas transparentes y abruptas paredes sumergidas, ofrecen las condiciones idóneas para albergar una rica vida marina que hace de apnea y buceo en Columbretes experiencias únicas.

Sus aguas pertenecen a la Reserva Marina de las Islas Columbretes, mientras que el archipiélago es Reserva Natural. Por consiguiente, estamos hablando de un entorno altamente protegido que hace de Columbretes el paraíso del apneísta en el Mediterráneo.



## Curso de Apnea Nivel 1: ¿Para quién está dirigido?

Este curso es apto para todos los niveles. No es necesaria certificación previa para asistir al curso. Buceadores, pescadores submarinos, amantes del mar. Es el curso más completo para crear una base sólida sobre la Apnea Deportiva y mejorar de una forma gradual y segura, incluyendo ejercicios de seguridad y rescate.

### Requisitos Nivel 1:

- Saber nadar.
- Tener 18 años (o 12 con consentimiento de los padres).
- **Certificado Médico** realizado en los últimos dos años y que indique que el alumno es apto para la realización de la apnea recreativa.

**8 ÚNICAS PLAZAS**

### ¿Qué se incluye?

Seguros (apnea + seguro de pasajeros)

Material didáctico

Certificación Nivel 1

Patrón

Pensión completa

Alojamiento en camarotes dobles

Ropa de cama y toalla de baño

### Material que debes traer

Máscara y tubo

Traje

Aletas

Cinturón

El lastre puede ser prestado por el centro

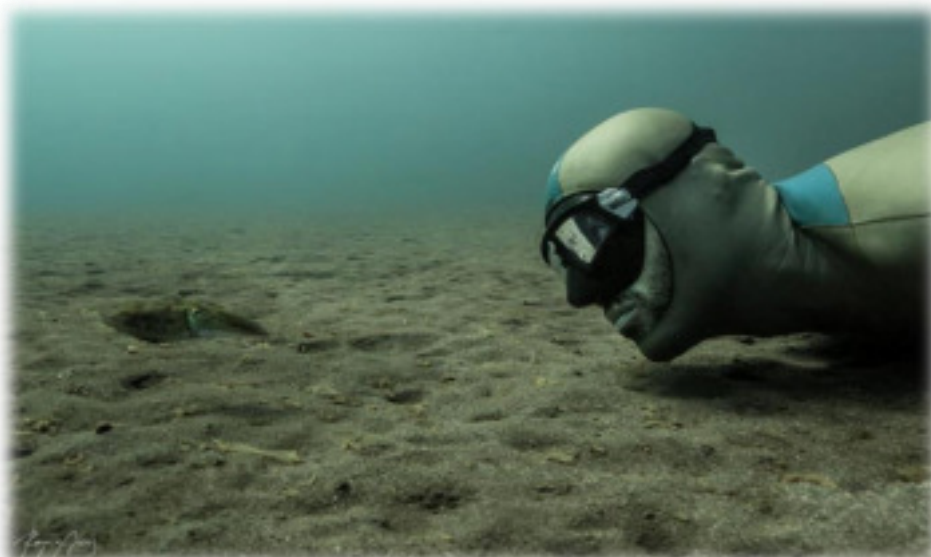
**¡¡CERTIFICADO MÉDICO APTO PARA LA PRÁCTICA DE LA APNEA!!**



**Precio: 600€ IVA incluido**

RESERVAS: [info@sednadive.com](mailto:info@sednadive.com)

*Si lo necesitas, nosotros te podemos alquilar el material por 25€ (es material de buceo, no de apnea, pero te servirá igualmente para realizar el curso)*



## Programación del curso

Nuestro puerto base es el **Puerto de Burriananova** en Burriana, Castellón.

Los horarios y puntos de inmersión son orientativos ya que dependerán de la meteorología, necesidades de los alumnos, preferencias del instructor, etc.

Las **fechas** durante las cuales tendrá lugar el curso serán del **28 de septiembre al 01 octubre de 2020**.

### 28 Lunes

**20:00** Embarque y acomodación en camarotes. (Puerto de Burriana, Castellón)

**21:00** Briefing de seguridad a bordo.

**21:30** Cena.

### 29 Martes

**04:30** Partimos hacia Islas Columbretes. Navegación nocturna. (Travesía de entre 5h/6h). Podremos relajarnos bajo las estrellas, dormir en los camarotes o participar en la navegación.

**08:30** Desayuno en navegación.

**MAÑANA:** *Técnicas de respiración – relajación - estática.*

**14:30** Comida.

**TARDE:** *Profundidad – teoría.*

**21:00** Cena, tras la cual podemos relajarnos, tomarnos algo en cubierta y disfrutar del cielo nocturno del Mediterráneo.

### 30 Miércoles

**08:00** Desayuno.

**MAÑANA:** *Profundidad – teoría.*

**14:30** Comida.

**TARDE:** *Dinámica.*

**19:00** Tendremos oportunidad de hacer una **visita guiada** hasta el faro de Isla Grossa, desde donde disfrutaremos de unas magníficas vistas.

**21:30** Cena.

### 01 Jueves

**07:30** Desayuno.

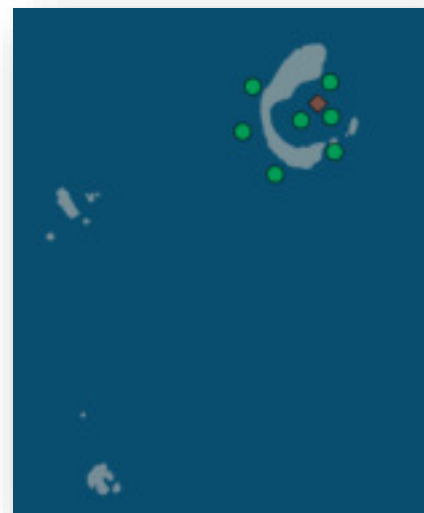
**MAÑANA:** *Profundidad – teoría.*

**12:30** Ponemos rumbo a puerto. Comida en navegación.

**17:30/18:00** Llegada a Puerto de Burriana. \*

\*Cena no incluida

**¡Hasta la próxima aventura!**



Algunos de los posibles puntos de inmersión en Columbretes

