

Atividades e Esportes Aquáticos

*Um guia prático para Passatempos Aquáticos,
Passatempos e Recreação!*

Owen Jones



Índice

Atividades e Esportes Aquáticos

Direitos de Autor

Introdução

Seis fatos interessantes sobre desportos aquáticos e atividades

1. Pesca Em Alto Mar

2. Carreiras em mergulho em alto mar

3. Atividades aquáticas populares para o quintal

4. Windsurf

5. Mergulho no Havaí

6. Mergulho e Mergulho com Snorkel nas Férias

7. Mergulho em Alto Mar

8. Passeios de Mergulho

9. Acessórios de Natação

10. Segurança da Piscina

11. Acessórios de piscina para piscinas acima do solo

12. A Arte da Natação

13. Água e Exercício

14. Noções Básicas de Navegação

15. Nadar com golfinhos em Orlando

16. Aventuras de Caiaque

17. Natação em casa na piscina

18. A Piscina

19. Bares de Piscina

20. Prancha de surfe com remo

21. Esqui aquático e wakeboard

Dados De Contato

1. Pesca Em Alto Mar

Conhecendo Suas Marés

Pode parecer estranho, mas uma compreensão completa das marés e do seu impacto na sua zona de pesca pode render grandes lucros. Na verdade, é considerada uma chave importante para o sucesso da pesca em alto mar pelos especialistas. A maioria dos guias de pesca e capitães de barcos fretados conhecem este segredo. Fazem estudos rigorosos sobre as correntes, as marés e a forma como afetam a pesca na sua região.

No entanto, é deprimente dizer que muitos pescadores amadores de profundidade prestam muito pouca atenção nestes fatores-chave. De fato, alguns pescadores não lhes dão qualquer atenção. Então eles se perguntam porque outros pescadores pegam tantos peixes, mas eles não pegam nenhum. No entanto, há aqueles que compreendem que as marés têm um efeito sobre a sua pesca, mas não sabem exatamente como ou porquê.

Esses pescadores frequentemente perdem horas pescando, lançando e chumbando, mesmo quando a maré não está boa. No entanto, o pescador de águas profundas que conhece as suas marés pode selecionar antecipadamente os horários de pesca mais favoráveis e concentrar os seus esforços durante esses períodos, o que significa que tem menos dias desperdiçados e que obtém mais peixe nas suas viagens de pesca de águas profundas.

Não temos que nos aprofundar na ciência das marés aqui, exceto para salientar que as marés são devidas às forças gravitacionais que são provocadas pelo sol e pela lua. Como a lua está mais próxima da Terra, tem mais influência nas marés do que no sol.

Quando a maré está alta, a água flui para a terra. Isso também é conhecido como “maré cheia”. Quando a maré cai, fazendo o seu

caminho de volta para fora, é chamado de “maré vazante”. O momento em que não se move de qualquer maneira é chamado de “maré baixa”. Leva um período de cerca de seis horas para subir e seis horas para diminuir. Para cada 24 horas, estas marés ocorrem cerca de 50 minutos depois da última vez.

Eles também flutuam em relação ao nível em que sobem ou descem. As marés mais altas ocorrem quando o sol e a Lua estão situados no mesmo lado da terra em uma linha direta. Este tipo de maré é chamado de “maré de primavera”, que ocorre durante os períodos de lua nova e lua cheia.

Durante esses períodos, As marés baixas e altas são mais altas do que seu estado habitual. No entanto, durante as fases do último e primeiro trimestre da lua, as marés não sobem ou caem tanto. Estes são denominados como “marés de águas-mortas”.

Então, quais dessas marés são vantajosas e quais não são? Para começar, a maioria dos especialistas pensa que as marés ou correntes em movimento são geralmente mais produtivas do que quando não há correntes ou marés. Por conseguinte, uma maré “frouxa” raramente produzirá uma boa captura.

Você pode obter ainda mais ajuda das marés sabendo quando ir. O momento em que se inicia uma maré de entrada é considerado um dos períodos mais produtivos para a pesca, especialmente se visando peixes de caça como anchova, robalo e peixe fraco.

Durante os tempos de água frouxa, os pequenos peixes isca tendem a dispersar-se e, com a falta de correntes fortes para enfrentar, são capazes de nadar mais rápido e, portanto, escapar dos seus predadores.

No entanto, quando as marés começam a se mover, esses pequenos peixes de isca estão à mercê de fortes rasgos e correntes.

Por conseguinte, são mais fáceis de encontrar e capturar para stripes e outros tipos de peixes de caça. Quando uma maré começa é outro bom momento para pescar, simplesmente pela mesma lógica. Em geral, a mudança de maré, seja baixa ou alta, é realmente o melhor momento para fazer a sua pesca.

2. Carreiras em mergulho em alto mar

Já pensou numa ocupação exclusiva? Se a resposta for sim, então você pode ter um monte de carreiras diferentes em mente. Se você gosta de mergulho, então você pode estar se perguntando Que tipo de ocupação você pode obter de mergulho além de ser um instrutor de mergulho. Além de apenas poder explorar o oceano, verá que existem ocupações que envolvem mergulho em alto mar.

Há muitas ocupações que implicam mergulho em alto mar. Uma dessas profissões é a de ser mergulhador comercial. Este tipo de mergulho requer muita coragem e treinamento rigoroso.

Os mergulhadores de águas profundas estão implicados em muitos tipos de projetos. Uma delas são as operações de salvamento em navios afundados, enquanto outras incluem a descontaminação dos cascos dos navios. Também são necessários mergulhadores de águas profundas em plataformas de petróleo oceânicas para reparar tubos submarinos, bem como aço limpo.

Existe uma vasta gama de projetos que requerem mergulhadores comerciais. No entanto, a formação é muito completa, uma vez que terá de lidar com materiais perigosos submarinos, como explosivos elevados, e também estará em condições perigosas. A este respeito, os mergulhadores comerciais são diferentes dos mergulhadores recreativos médios, porque são bem treinados em todos os aspectos da segurança do mergulho, a ponto de tudo o que fazem debaixo d'água ser perfeito.

Então, como se torna um mergulhador comercial? Em primeiro lugar, há que recordar que o mergulho comercial é diferente do mergulho recreativo. Ter uma qualificação em águas abertas simplesmente não é suficiente para se tornar um mergulhador

comercial qualificado. Você ainda tem que ir treinar para esse tipo de trabalho.

Na escola de mergulho comercial, você aprenderá tudo sobre mesas de mergulho e como usá-las. Você também será ensinado sobre soldagem submarina e como lidar com altos explosivos Debaixo d'água. A segurança é o aspecto mais importante do mergulho comercial.

Será igualmente instruído sobre as comunicações submarinas e as medidas de segurança de emergência no caso de algo correr mal. No mergulho comercial, Você também aprenderá sobre os perigos do trabalho submarino, especialmente no mergulho profundo, onde a narcose por nitrogênio é um perigo muito real. Você também aprenderá sobre os sintomas da doença do nitrogênio ou as temidas 'curvas', e como detectar se um colega mergulhador está sofrendo de narcose por nitrogênio.

Você também será ensinado sobre as diferentes misturas de ar necessárias para o mergulho, como ar, nitrox e trimix. Isso é vital, pois você estará respirando embaixo d'água. Usar a mistura incorreta ao mergulhar em alto mar pode ser fatal.

O mergulho comercial é uma ocupação promissora e cheia de aventura. O salário é um dos melhores do mundo e você também poderá usar equipamentos de mergulho de alta tecnologia, como re-respiradores, scooters submarinas de última geração, comunicações de rádio subaquáticas, bem como ferramentas industriais de alta tecnologia.

Uma carreira de mergulho em alto mar, como o mergulho comercial, é uma carreira gratificante. Se você tem o bom senso e está procurando uma ocupação cheia de aventura, então o mergulho comercial é para você. Lembre-se de que, no mergulho

em alto mar, a segurança deve estar sempre em primeiro lugar. Lembre-se dessas coisas, e você pode ter certeza de que terá uma carreira magnífica e gratificante como mergulhador comercial.

3. Atividades aquáticas populares para o quintal

Quando fica quente, a maioria das pessoas sai pela por aí. Muitos vão para uma piscina pública, um rio, lago ou praia, mas outros preferem ficar no seu próprio quintal. Algumas pessoas têm a sorte de ter uma piscina no seu quintal, mas nem todos têm espaço ou dinheiro. No entanto, a maioria das pessoas gosta de se molhar para se refrescar.

Nesta parte, vamos olhar para algumas das coisas que você pode fazer no quintal envolvendo água para ajudá-lo a se refrescar. O primeiro é aquele a que já aludimos e o único melhoramento da casa que quase todos teriam se pudessem. Uma piscina. As pessoas adoram a ideia de ter uma piscina de jardim.

Se o seu orçamento não puder se estender a uma piscina grande no solo, você pode configurar uma piscina menor acima do solo. Estas piscinas acima do solo são muito mais baratas e, embora não sejam suficientemente grandes para nadar, podem certamente ser consideradas grandes piscinas de mergulho. Meia dúzia de pessoas podem divertir-se muito numa destas piscinas.

Se isso não for viável, que tal um Jacuzzi ou uma banheira de hidromassagem? Há uma grande flexibilidade nas banheiras de hidromassagem nos dias de hoje. Você pode tê-los construídos em todos os tipos de recantos e cantos no jardim.

Você também pode obter uma banheira de hidromassagem de qualquer tamanho que você gosta: duas, quatro, seis, oito pessoas e todos com uma cadeira moldada com seus próprios jatos de água direcionais hidroterapêuticos, para que você possa jogar os jatos em qualquer parte do seu corpo que você gosta.

Se isso também está fora de questão, que tal um par de aspersores de água de jardim? Você poderia ter móveis de Jardim de plástico à prova d'água e sentar-se sob os sprinklers simulando chuva. Esta é uma forma simples e muito barata de se refrescar quando está muito quente.

Você poderia obter todos em seu jardim uma pistola de água para esguichar em todo mundo. Isso pode parecer um pouco bobo, mas as crianças e muitos adultos realmente gostam disso. Semelhante a isso, você poderia encher algumas dúzias de balões com água e usá-los para jogar uns nos outros como ter sua própria competição de bolas de pintura sem se sujar.

Os jogos aquáticos são muito divertidos e uma boa forma de se manter fresco quando o sol se põe no verão. Apenas uma palavra de advertência - queimaduras solares. A água irá resfriá-lo e você pode não perceber que está queimando. Certifique-se de que todas as pessoas aplicam bronzeadores à prova de água de um fator aplicável ao nível de luz solar na sua área.

4. Windsurf

Dominando o vento e as ondas

Windsurf, também conhecido como sailboard ou boardsailing, é um esporte aquático emocionante que combina elementos de vela e surf, permitindo que os participantes aproveitem o poder do vento para se impulsionar através da água em uma prancha especialmente projetada. Com suas raízes remontando à década de 1960, o windsurf evoluiu para uma atividade recreativa popular e esporte competitivo apreciado por entusiastas em todo o mundo.

Equipamento: o equipamento de windsurf consiste em três componentes principais: a prancha, a vela e o cordame. As pranchas de windsurf modernas são normalmente feitas de materiais leves, como fibra de vidro, fibra de carbono ou resina epóxi, com uma forma hidrodinâmica projetada para um desempenho e manobrabilidade ideais. A vela é presa a um mastro, que por sua vez é montado na prancha, permitindo que o surfista aproveite a energia do vento para se impulsionar para a frente. O aparelhamento inclui o mastro, a lança (a barra horizontal que segura a vela) e as linhas de aparelhamento usadas para controlar a posição e a forma da vela.

Técnicas Básicas:

Dominar o windsurf requer uma combinação de equilíbrio, coordenação e habilidades de leitura do vento. Os iniciantes geralmente começam aprendendo técnicas básicas, como:

1. Navegação contra o vento: aprender a navegar contra o Vento é essencial para obter o controle e manobrar a prancha de forma eficaz. Isso envolve posicionar a vela em um ângulo em relação ao

vento, conhecido como “boca curta”, e usar a barbatana ou bolina da prancha para evitar desviar para os lados.

2. Viragem e cambagem: Viragem e cambagem são manobras utilizadas para mudar de direção durante a navegação. A aderência envolve girar a prancha através do vento, movendo a vela de um lado a outro da prancha. Cambagem é a manobra oposta, onde a prancha é virada a favor do vento girando a vela na direção oposta.

3. Técnica do arnês: Os surfistas costumam usar um arnês preso à vela para distribuir as forças exercidas pelo vento de maneira mais uniforme e reduzir a tensão nos braços e na parte superior do corpo. A técnica adequada do arnês envolve inclinar-se para trás contra a força da vela e usar os músculos das pernas para controlar a direção da prancha.

4. Controle da prancha: manter o equilíbrio e o controle sobre a prancha é crucial para o sucesso do windsurf. Isso inclui ajustar a posição dos pés, mudar o peso corporal e usar movimentos sutis para dirigir a prancha e manter a estabilidade em condições variadas de vento e onda.

Manobras Avançadas:

À medida que os praticantes de windsurf progredem em competências e experiência, podem aprender manobras e técnicas mais avançadas, tais como:

1. Aplanamento: aplanamento é uma técnica em que a prancha percorre a superfície da água em alta velocidade, com o piloto posicionado mais para trás na prancha para levantar o nariz para fora da água e reduzir o arrasto.

2. Truques de salto e Freestyle: o windsurf Freestyle envolve a realização de manobras aéreas, saltos, giros e viradas na superfície

da água, muitas vezes em combinação com manobras de ondas ou de águas planas.

3. Equitação de ondas: a equitação de ondas é uma disciplina de windsurf em que os pilotos usam as ondas do mar para realizar manobras como curvas de fundo, cortes e antenas, semelhantes ao surf.

4. Slalom e corridas: as competições de windsurf geralmente incluem eventos de corrida de slalom, onde os pilotos navegam em um percurso marcado por boias enquanto competem contra outros participantes em termos de velocidade e agilidade.

Considerações De Segurança:

A segurança é fundamental no windsurf, especialmente para iniciantes e aqueles que se aventuram em condições mais desafiadoras. As principais considerações de segurança incluem:

- Utilizar sempre um dispositivo de flutuação pessoal (DFP) devidamente equipado. (Este é necessário, porque nas minhas primeiras experiências, passei mais tempo na água do que nela – muito mais).
- Verificar as previsões meteorológicas e as condições do vento antes de sair para a água.
- Começando em áreas abrigadas, amigáveis para iniciantes, com águas planas e ventos suaves.
- Aprendizagem de técnicas de auto-salvamento, tais como arranque a água e reinserção da prancha após uma queda.
- Evitar ventos e correntes fortes que possam levar o surfista para longe da Costa.

Windsurf oferece uma mistura única de atividade física, desafio mental e conexão com a natureza, tornando-se um passatempo favorito para os entusiastas de desportos aquáticos em todo o

mundo. Seja deslizando sobre águas calmas em um dia ensolarado ou surfando ondas em uma brisa costeira, os praticantes de windsurf experimentam a alegria de dominar o vento e as ondas enquanto aprimoram suas habilidades e exploram novos horizontes na água.

You've Just Finished your Free Sample

Enjoyed the preview?

Buy: <http://www.ebooks2go.com>