

Мастер-класс по плавучести «Гидродинамика тела»

Плавучесть — это не просто «держат горизонт», это фундамент, на котором стоит всё: расход воздуха, усталость после погружения и ваше удовольствие от дайвинга. Я создал этот мастер-класс исходя из своего личного опыта, где я сам по началу перегружался, потому что «так все делают», и падал на дно как кирпич или всплывал, как поплавок, когда гидрокостюм на глубоком выдохе сжимался неравномерно.

Я прошел этот путь сам. Я потратил сотни погружений и десятки баллонов на то, чтобы понять, что плавучесть — это не магия и не природный талант. Это система.



Правильное распределение грузов

А не их тупого набора по весу



Контроль дыхания

Которому никто толком не учит на открытом воде



Эффективные движения

А не бешеных гребков ногами

Я собрал все эти знания в один мастер-класс. Отфильтровал лишнее. Оставил только то, что реально работает в наших условиях в мокрых и сухих костюмах в пресной воде и в низкой видимости.

Почему стоит прийти?

♦ Точная развесовка

Вы забудете о перегрузе (когда тонете) или о постоянном «выдавливании» на поверхность. Подберу вес под ВАШ комплект прямо на месте.

♦ Идеальный трим

Найдем те самые точки размещения грузов, чтобы вы приняли горизонтальное положение (ТРИМ) без усилий, не скручиваясь в «банан» и не глядя в грунт.

♦ Техника технических дайверов

Освоите 3 кита контроля:

- **Frog Kick (лягушачий)** — мощный и без мути
- **Back Kick (движение назад)** — отойти от берега, не поворачиваясь
- **Helicopter Turn (вертолетный разворот)** — развернуться на пятачке

По времени это займет примерно 2-2.5 часа активной работы.

01

Теория (1–1.5 часа)

Живой разбор. Один из участников становится «моделью»: разбираем его снаряжение. Ошибки, центры тяжести, точки крепления. Успеем разобрать всех, чтобы каждый ушел с личным планом настроек.

02

Практика (1 час под водой)

Ледяная (ну, прохладная) вода — лучший тест. Под водой я буду рядом. Я буду вас поправлять, таскать (возвращать в горизонт) и добиваться идеального зависания (hovering).

Что вы получите по итогу?



Самостоятельная подготовка к любому погружению

В пресной и соленой воде при любом снаряжении



Экономия воздуха до 30-40%

Проверено на практике



Диплом о прохождении курса

«Trim & Buoyancy Master»



Фото/видео процесса

По желанию

Стоимость мероприятия: 5 500 ₽ с человека

Что еще входит:

- Пребывание на тренировочной базе весь день
- 1 баллон 12л с воздухом для практики (или 15л с небольшой доплатой, остальные свыше нормы вы сможете оплатить самостоятельно). Свои баллоны приветствуются 😊
- Мое персональное присутствие под водой (коррекция каждого движения)

 **Не входит:** Аренда снаряжения (грузы/пояс/регулятор/BCD — в аренде на базе, рассчитать стоимость могу по запросу), проезд, еда.

Мастер-класс планирую провести в выходные в конце мая, дата еще уточняется. Группа будет не более 6 человек, что б максимально со всеми поработать. Кому это интересно, пишите мне.