

# TRUCOS PARA UNA FLOTABILIDAD DE ENVIDIA

¿CONSUMIR MENOS AIRE?

Muy fácil: **mejora tu flotabilidad**

¿MOVERTE MENOS Y NO ASUSTAR A LOS PECES?

Muy fácil: **mejora tu flotabilidad**

¿PODER QUEDARTE QUIETO SIN ESFUERZO DISFRUTANDO DEL MUNDO DE ENSUEÑO QUE TIENES ALREDEDOR?

Muy fácil: **mejora tu flotabilidad**

¿PARADAS DE SEGURIDAD SIN QUE NECESITES AGARRARTE AL CABO?

Muy fácil: **mejora tu flotabilidad**



## POR QUÉ DEBERÍA PREOCUPARNOS MEJORAR NUESTRA FLOTABILIDAD

Si no tenemos una buena flotabilidad, aleteamos sin querer, inconscientemente, durante toda la inmersión, para mantenernos a la cota que queremos. Es un esfuerzo innecesario que nos hace gastar más aire.

Si tienes que estar pendiente de no irte hacia el fondo o de no subirte descontroladamente, no puedes estar disfrutando al 100% de tu entorno ni de las maravillas que sólo los buceadores podemos saborear.

Si no controlas tu flotabilidad y te acercas a los peces haciendo movimientos extraños, se asustan y huyen... Y te los pierdes.

¿**VERDAD QUE TE GUSTARÍA** disfrutar más de tus inmersiones, acercarte a los peces sin asustarlos y consumir menos aire?

**Pues a continuación van unos trucos para ayudarte a conseguir una flotabilidad de envidia.**

# TRUCOS PARA UNA FLOTABILIDAD DE ENVIDIA

## 1. UTILIZA SIEMPRE EL MÍNIMO LASTRE NECESARIO

Una flotabilidad perfecta empieza por un lastrado correcto.

Es un error muy común ponernos kilos de más para no irnos hacia arriba sin querer. En realidad lo que provoca es que tengamos que hinchar el chaleco en exceso para no irnos hacia abajo como si fuéramos un bloque de hormigón. O lo que es peor, que nos pasemos la inmersión aleteando sin parar, gastando aire, cansándonos, asustando a los peces con nuestros movimientos...

Aunque parezca mentira, es totalmente contraproducente llevar lastre de más porque, además, los mínimos cambios de cota hacen que el aire que sobra en el chaleco se expanda o se contraiga... Y nos obliga a ir corrigiendo continuamente. Un horror.

Ponte el lastre justo que necesitas para poder sumergirte o, lo que es mejor aún, el que te permita estar a tres metros con flotabilidad neutra y sólo 50 bares de presión en la botella.

**TRUCO FÁCIL:** Para comprobar si tienes el lastre correcto, vacía el jacket del todo (del todo es del todo), no muevas ni un músculo (y menos aún las piernas o los brazos), exhala el aire de tus pulmones. Si te hundes, ese lastre es suficiente y no necesitas ni un gramo más. Ponte el mínimo lastre que te permita hacer esto. Recuerda, es muy importante, el mínimo.



## 2. AJUSTA TU FLOTABILIDAD SIEMPRE QUE LO NECESITES



Si aumentas de profundidad el aire de tu chaleco se comprime y entonces tu flotabilidad se convierte en negativa. Por el contrario, si subes, el aire de tu chaleco se expande, y tu flotabilidad se vuelve positiva.

Este efecto es mucho más brusco a menor profundidad, por eso parece mucho más complicado mantener la flotabilidad a cinco metros que a veinte.

Puede que hayas oído aquello de “yo no toco el hinchador en toda la inmersión”. Bueno, pues el regulador existe para que respires y el jacket para que puedas ajustar tu flotabilidad, así que no te debe preocupar lo más mínimo darle el uso para el que se inventó.

**TRUCO FÁCIL:** No te cortes y ajusta tu flotabilidad siempre que lo necesites.



### 3. USA TUS ALETAS

Cuando cambias de cota tienes que compensar el efecto del aire comprimido o expandido de tu jacket hinchándolo o vaciándolo. Pero si tardas mucho en ajustar, será demasiado tarde y ya te habrás ido hacia arriba o hacia abajo. Y si eres muy brusco al hacerlo, será incluso peor.

Pero tenemos una muy buena noticia: las aletas sirven para dirigir tu movimiento y llevarte justo hacia donde quieres ir. Así que, si te empiezas a ir demasiado hacia arriba sin querer, aletea hacia abajo hasta colocarte donde quieres estar, y si te vas hacia abajo, aletea hacia arriba.

**TRUCO FÁCIL:** Usa tus aletas para moverte y dirigirte hacia donde quieres estar.



### 4. AJUSTA TU FLOTABILIDAD CON SUAVIDAD

Si nos da la sensación de que nos caemos y nos pasamos añadiendo aire a nuestro chaleco, empezaremos a subir demasiado involuntariamente. Como no queremos bajo ningún concepto un ascenso descontrolado, vaciamos el jacket a toda prisa y quizá con demasiada brusquedad... Y nos volvemos a ir hacia abajo sin querer... Y al final nos cuesta mucho estabilizarnos y no paramos de hacer el yo-yo.



Para evitar este pequeño o gran desastre, ten muy en cuenta todo lo anterior y, además, añade o elimina aire de tu chaleco con suavidad, poco a poco, con un pelín de paciencia.

Seguro que ya sabes que el efecto del aire que añadimos y sacamos del chaleco no produce un resultado inmediato, así que si lo que has hecho no ha sido suficiente, vuelve a hacer otro reajuste pero siempre con suavidad para evitar efectos de rebote.

**TRUCO FÁCIL:** Sé suave y paciente cuando ajustes el aire que hay dentro de tu chaleco.

## 5. ACOSTÚMBRATE A USAR LA VÁLVULA QUE ESTÁ EN LA ESPALDA DEL JACKET



Lo peor que te puede pasar al perder la flotabilidad es sufrir un ascenso descontrolado, y la forma de detenerlo es aleteando hacia abajo y/o sacando el aire que sobra en tu jacket con la válvula de vaciado que se encuentra en la espalda.

Si te vas hacia arriba sin querer y te pones vertical para deshinchar con la tráquea, tienes que tener en cuenta dos cosas:

a) la tráquea es mucho más lenta que las válvulas de vaciado

b) si estando en posición vertical mueves las piernas aunque sólo sea un poco, aunque sea sin querer, lo que haces en realidad es aletear hacia arriba, o sea, favorecer el ascenso.

Créenos, lo que te conviene es colocar la cabeza hacia abajo, aletear y vaciar el exceso de aire con la válvula de la zona lumbar.

**TRUCO FÁCIL:** acostúmbrate a usar la válvula de vaciado de la espalda del jacket.

## 6. HAZTE EL CURSO DE ESPECIALIDAD DE DOMINIO DE LA FLOTABILIDAD

¿Te has parado a pensar que durante tus inmersiones sólo tienes que preocuparte de la flotabilidad y poco más? Pues en cuanto la domines y se convierta en automática, tu buceo va a cambiar, tu consumo se va a reducir, vas a ver a los peces mucho más cerca que antes... Vas a disfrutar mucho más y te vas a convertir en un buceador excelente y muchísimo más eficiente.

El curso de dominio de la flotabilidad consta de tres inmersiones. Durante las dos primeras haremos muchos ejercicios a muy poca profundidad. La última la haremos en la Reserva y ahí pondrás en práctica todo lo que habrás aprendido y te sorprenderá ver cuánto has avanzado.

Ah, y por supuesto, tendrás tu carné PADI que demuestra que controlas la flotabilidad.

**TRUCO FÁCIL:** llámanos ahora para reservar tus tres inmersiones de especialidad de dominio de la flotabilidad 😊

**El precio oficial es de 156 euros, pero durante todo este mes de agosto de 2015 tienes un 15% de descuento presentando esta página.**



**WWW.NARANJITOBUCEO.COM**

**FIJO: + 34 968 564 836**

**MOVIL: + 34 696 547 718**