

# SADRŽAJ

## SADRŽAJ

1.UVOD	6
2. PREDMET I PROBLEM RADA	7
3. CILJ I ZADACI RADA	8
4.METODOLOGIJA RADA	9
4.1 RONJENJE- nastanak i razvoj	9
4.2 Pojavljivanje dekompresione bolesti	11
4.3 Ronjenje u svijetu	12
4.4 Ronjenje na prostorima bivše Jugoslavije	13
5. PODJELA RONJENJA	14
5.1 CMAS ronilačke kategorije	15
6. OSNOVNA RONILAČKA OPREMA	17
6.1 Ronilačka maska	17
6.2 Peraja	18
6.3 Disalica	19
7. RONILAČKA ODIJELA I AUTONOMNA RONILAČKA OPREMA	20
7.1 Ronilačka odijela	20
7.1.1 Mokra ronilačka odijela	21
7.1.2 Polusuva ronilačka odijela	22
7.1.3 Suva ronilačka odijela	23
7.1.4 Čuvanje i održavanje	23
7.2 AUTONOMNA RONILAČKA OPREMA	24
7.2.1 Autonomni ronilački aparat (ARA)	24
7.2.2 Ronilačka boca	25
7.2.2 Hidrostatski regulator (HR)	26
7.2.3 Kompenzator plovnosti (BC)	27
8. RONJENJE NA DAH (APENA)	28
8.1 Statička apena	28
8.2 Dinamična apena	28
8.3 Jump Blue	28
8.4 Constant Weight	28

8.5 Free Immersion	29
8.6 Variable Weight	29
9. PLOVNOST PREDMETA U TEKUĆINAMA	29
9.1 Pojas sa olovnim tegovima	29
10. SPORAZUMIJEVANJE POD VODOM	31
11. FIZIOLOGIJA ČOVJEKA POD VODOM	32
11.1 Sluh pod vodom	32
11.2 Vid pod vodom	32
12. BAROTRAUMA UHA	33
13. MEDICINSKI POREMEĆAJI U RONJENJU	34
13.1 Zadihavanje	34
13.2 Hipoksija – nedostatak kiseonika	34
13.3 Utapanje	35
14. DEKOMPRESIONI POREMEĆAJ	35
14.1 Preporuke za sigurna ronjenja	36
15. ZAKLJUČAK	37
16.LITERATURA	38