



Hippocampus

N.º 50

Mai./Jun./Jul/Ago. 2025 | €8,00



Clube Naval de Cascais

Bilingual
edition



ROLEX TP52 WORLD CHAMPIONSHIP CASCAIS 2025

O regresso mais aguardado

APOSTA GANHA

Caminhando a passos largos para a primeira década de vida, o Centro de Mergulho do Clube Naval de Cascais poderá ser uma das suas valências mais recentes, mas já estabeleceu fortes raízes na actividade do clube. Uma forma diferente, mas não menos apelativa, para conhecer intimamente esse “mar que nos chama”, como (muito bem) diz a canção



Não é demais recordá-lo: tudo começou em 2017, então, apenas com um pequeno compressor Bauer Junior para enchimento de garrafas, oito fatos de mergulho, outros tantos coletes, seis garrafas, e igual número de reguladores... e pouco mais. Menos de uma década volvida, quase tudo mudou no Centro de Mergulho do Clube Naval de Cascais, numa trajectória de permanente evolução de uma actividade com cada dia maior visibilidade no CNC, e cada vez mais praticantes – a caminho das três centenas! Aliás, os números, hoje, ilustram na perfeição o crescimento registado: 54 garrafas de mergulho, 20 reguladores (o dispositivo “mágico” que permite aos mergulhadores autónomos respirarem debaixo de água), 66 fatos, 37 coletes, computadores de mergulho para fornecer aos clientes, e um moderno compressor Bauer P250 capaz de encher duas garrafas em simultâneo a 200 bar, que, com o original, pouco mais partilha do que o nome do seu fabricante

(mantendo-se a ambição de, no futuro, dispor de um compressor capaz de permitir a utilização de outras misturas que não apenas a tradicional).

Liderado por José Eduardo dos Santos, o Centro de Mergulho do Clube Naval de Cascais não teve um início de vida, propriamente, simples. Apesar de existirem alguns locais de mergulho já identificados na zona, as respectivas coordenadas não estavam correctas, o que obrigou a que fosse levado a cabo um aturado e moroso trabalho de campo, não só para corrigir essas incorrecções, como para encontrar novos pontos de interesse sob as águas cascalenses, e não só. Nada que tenha desmotivado o instrutor, ou não fosse uma das suas paixões, justamente, rastrear as águas com a sonda, e identificar o respectivo potencial para a prática do mergulho, em função do perfil. Por isso, actualmente, também graças ao recurso a uma sonda de varrimento lateral, tem identificados qualquer coisa como

280 pontos de mergulho, na sua maioria entre a Praia de Carcavelos e o Cabo da Roca, a que se juntam alguns na Costa de Caparica, onde o Centro de Mergulho do CNC, regularmente, efectua mergulhos no local onde foi afundada a antiga fragata Roberto Ivens, da marinha portuguesa, e onde, a par do prazer de visitar o destroço, é possível encontrar uma profusa vida marinha, incluindo anthias, corvinas, safios e muito mais.

EVOLUÇÃO CONSTANTE

Sendo o mergulho uma modalidade totalmente sustentável, que tende a incutir em todos os que a praticam um íntimo respeito pelo mar, por norma traduzido, igualmente, numa vontade de melhor conhecê-lo, e, por consequência, mas não menos importante, de preservá-lo, esta é uma actividade que se integra na perfeição nos princípios que há mais de oito décadas nortearam a fundação do Clube Naval de Cascais, até aos dias de

FALSO MITO

Durante muito tempo, entre boa parte da comunidade portuguesa do mergulho recreativo, perdurou o mito de que o mergulho na costa de Cascais não seria dos mais interessantes. Asserção que José Eduardo dos Santos nunca conseguiu compreender como nasceu, e, menos ainda, como tanto se disseminou, e muito se empenhou em desmistificar. Na sua perspectiva, Cascais, tem, aliás, dos melhores perfis de fundo do país, com paredes subaquáticas com declives que chegam aos cinco metros; zonas mistas de areia e pedra; pedras altas, repletas de reentrâncias; e muita fauna e flora para conhecer. Potencialmente, das que mais merece a pena descobrir na costa portuguesa.

O responsável pelo Centro de Mergulho do CNC considera, antes, que o mais importante é garantir, de forma honesta, que as condições de mar são as necessárias para a prática do mergulho, para não causar desilusões nos praticantes. Para tal, exige-se dedicação na avaliação das previsões meteorológicas, o que significa, em tempo real, observar o mar de manhã cedo, antes da chegada dos mergulhadores, e ter a capacidade para cancelar actividades quando o tempo não está favorável. O conceito, no fundo, é simples, como o comprovam as suas próprias palavras: **“Se eu gosto de mergulhar com um dado critério de mar, não vou submeter outros a um critério inferior... Temos das melhores condições para receber mergulhadores no Clube Naval de Cascais: locais de mergulho desde a 5 a 40 minutos do clube; boas condições de lavagem de equipamentos pós-mergulho, em que utilizamos desinfetantes apropriados; espaço de secagem dos equipamentos; bons balneários com duche de água quente; e, até, um espaço próprio, para refeições conjuntas de partilha das experiências e um convívio saudável. Foi assim que foi possível reactivar o interesse pelo mergulho em Cascais”.** ■



hoje. Por isso, o Centro de Mergulho do CNC orgulha-se de poder proporcionar experiências de mergulho desde a crianças (a partir dos oito anos em piscina, e dos dez anos no mar), como a iniciados adultos. As saídas de mergulho são realizadas em barco semi-rígido próprio, e cumprindo todas as mais estritas normas de segurança em vigor, e outras adicionais, seja no mar, seja

debaixo de água.

Como não poderia deixar de ser, determinante para a actividade do Centro de Mergulho do CNC é, também, a vertente da formação, que vai desde os cursos destinados ao mergulho recreativo, dos graus mais acessíveis aos mais evoluídos, aos de cariz mais profissional: Dive Master, Assistente de Instrutor e Instrutor, nos

seus diferentes níveis e especialidades. Está ainda disponível formação na área de primeiros socorros, também até ao nível de instrutor, através da internacionalmente reconhecida organização EFR (Emergency First Response), incluindo o uso de DAE (Desfibrilhador Automático Externo), e a especialidade de administração de oxigénio de emergência. De salientar que estas



formações não visam apenas os praticantes de mergulho, antes destinando-se a toda a comunidade, podendo, igualmente, ser ministrada formação em primeiros socorros específica para crianças e bebés.

Indispensável para esta valência foi a evolução registada por José Eduardo dos Santos neste domínio. Inicialmente Instrutor Especialista, em que apenas podia ministrar cinco cursos de especialidades de mergulho, progrediu até ao grau de Master Instrutor, que lhe confere habilitação para dar formação de 26 especialidades de mergulho, além que

o próprio Centro de Mergulho do CNC é, hoje, um centro PADI (Professional Association of Diving Instructors) de cinco estrelas IDC (Instructor Development Course), o que significa poder formar pessoas desde o “grau zero” (sem qualquer experiência) até instrutores de mergulho, inclusive aos que pretendam fazer desta a sua actividade profissional. E, neste particular, a frieza dos números volta a ser ilustrativa: até final de 2024, o Centro de Mergulho do CNC emitiu 69 certificações profissionais, 189 recreativas, e 22 de emergência.

A não esquecer, uma regra incontornável do mergulho: para praticá-lo, não basta ter o melhor equipamento necessário para o efeito, é necessário, também, e não menos importante, mantê-lo em boas condições. Por isso, o Centro de Mergulho do CNC substitui regularmente (por se terem tornado obsoletos, ou impossíveis de manter nas devidas condições de funcionamento) diversos dos equipamentos que coloca à disposição dos seus visitantes. Do mesmo modo que, graças ao facto de o seu responsável ser técnico oficial e revendedor



de várias das marcas de equipamento de mergulho mais reputadas do mercado, não só a manutenção do equipamento do Centro de Mergulho do CNC é efectuada nas suas próprias instalações, como são disponibilizados serviços de manutenção, assistência autorizada, e garantias, aos utilizadores que assim o pretendam.

Tudo somado, não restam dúvidas de que, qualquer que seja o nível de experiência dos mergulhadores que o visitem, o Centro de Mergulho do CNC está apto a oferecer formação e saídas de mergulho capazes

de proporcionar momentos memoráveis e memórias inesquecíveis. Habitualmente, os mergulhos são levados a cabo em zonas relativamente próximas do CNC Cascais, para melhor poder conhecer-se os locais subaquáticos mais interessantes da costa de Cascais, não faltando, neste domínio, pontos de interesse. Mas também são organizadas saídas para localizações mais distantes, porque, afinal, o oceano é um só, e bem merece ser descoberto em pormenor. Razões não faltam, portanto, para mergulhar no Clube Naval de Cascais! ■

DEDICAÇÃO PLENA

Nas palavras do poeta, “o homem sonha, a obra nasce”. Foi um pouco assim que se materializou o Centro de Mergulho do CNC Cascais, quando José Eduardo dos Santos, sócio do CNC, e detentor de uma vasta experiência nesta área, contactou a direcção do clube no sentido de estabelecer na sua sede um centro de mergulho. Projecto que foi de imediato bem recebido por todos, e desde logo registado como centro de mergulho PADI, pela organização certificadora mais reconhecida e com maior implementação a nível mundial.

Desde tenra idade ligado ao mundo subaquático, ainda na infância por via da pesca, na adolescência graças à prática da caça submarina (a que se juntou, pouco depois, a paixão pela fotografia, que até hoje o acompanha – tirou o Curso Profissional de Fotografia do Instituto Português de Fotografia, onde foi formador de laboratório, obtendo, em 1994, uma especialização em fotografia subaquática, e chegou a ter a sua própria escola de fotografia), em 1992, com 22 anos, fez o seu primeiro curso de mergulho – e não mais parou de praticar a modalidade, nem de aprofundar os seus conhecimentos sobre a mesma. Aliás, o seu amor pelo mar, e pelo mergulho, levou-o a evoluir, e a frequentar diversos cursos de especialidades, desde 1996 até hoje, chegando a Master Instructor, sendo detentor de um invejável currículo nesta área, e estando apto a ministrar formação nos seus mais diversos domínios. Isto não esquecendo a experiência que lhe foi conferida pelos mergulhos que efectuou em latitudes tão distintas como Austrália, Nova Zelândia, Tailândia, Cabo Verde, Moçambique, Brasil, EUA, México, Jamaica, Maldivas, Egito, Tunísia, entre outras; e pela participação em várias expedições. ■





WINNING BET

The Clube Naval de Cascais Diving Centre may be one of its most recent activities, but it has already established strong roots in the club's activity. A different, but no less appealing way to get to intimately know this "sea that calls us", as the song (very well) says

It is worth remembering: it all started in 2017, with just a small Bauer Junior compressor for filling bottles, eight wetsuits, as many jackets, six bottles and the same number of regulators... and little else. Less than a decade later, almost everything has changed at the Clube Naval de Cascais Diving Centre, in a trajectory of permanent evolution of an activity with increasing visibility in the CNC, and more and more practitioners - on the way to three hundred! In fact, today's figures perfectly illustrate the growth that has taken place: 54 diving bottles, 20 regulators (the "magic" device that allows autonomous divers to breathe underwater), 66 suits, 37 jackets, diving computers to supply customers, and a modern Bauer P250 compressor capable of filling two bottles simultaneously at 200 bar, which shares little more than the name of its manufacturer with the original (with the ambition of having a compressor capable of using mixtures other than the traditional

one in the future).

Led by José Eduardo dos Santos, the Clube Naval de Cascais Diving Centre didn't exactly have a simple start in life. Although there were some dive sites already identified in the area, their coordinates were not correct, which meant that painstaking and time-consuming field work had to be carried out, not only to correct these inaccuracies, but also to find new points of interest under the waters of Cascais and beyond. Nothing to discourage the instructor, or it wouldn't have been one of his passions to track the waters with the probe and identify their potential for diving, depending on the profile. For this reason, and also thanks to the use of a side-scan probe, he has now identified something like 280 dive sites, mostly between Praia de Carcavelos and Cabo da Roca, plus a few at Costa de Caparica, where the CNC Diving Centre, regularly, dives at the site where the former Portuguese Navy frigate Roberto Ivens was

sunk and where, as well as the pleasure of visiting the wreck, you can find a profusion of marine life, including anthias, sea bass, congers eels and much more.

CONSTANT EVOLUTION

As diving is a totally sustainable sport, which tends to instil in all those who practise it an intimate respect for the sea, usually translated into a desire to get to know it better and, consequently, but no less importantly, to preserve it, this is an activity that fits in perfectly with the principles that have guided the founding of Clube Naval de Cascais for more than eight decades, right up to the present day. For this reason, the CNC Diving Centre is proud to be able to offer diving experiences to children (from the age of eight in the pool and ten in the sea) and adult beginners. Diving trips are carried out in our own semi-rigid boat, complying with all the strictest safety regulations in force, as well as other additional regulations, both at sea and underwater.

The CNC Diving Centre's activity is also decisive in terms of training, which ranges from recreational diving courses, from the most accessible to the most advanced, to more professional courses: Dive Master, Assistant Instructor and Instructor, in their different levels and specialities. First aid training is also available, also up to instructor level, through the internationally recognised EFR (Emergency First Response) organisation, including the use of AEDs (Automatic External Defibrillators) and the speciality of emergency oxygen administration. It should be emphasised that these courses are not just aimed at divers, but at the whole community, and specific training of first aid for children and babies.

The evolution of José Eduardo dos Santos in this field has been indispensable for this expertise. Initially a Specialist Instructor, where he could only teach five courses in diving specialities, he progressed to the level of Master Instructor, which gives him the qualification to train in 26 diving specialities, and the CNC Diving Centre itself is now a PADI (Professional Association of Diving Instructors) five-star IDC (Instructor Development Course) centre, which means it can train people from "zero" (with no experience) to diving instructors, including those who intend to make this their professional activity. And in this regard, the cold numbers are once

FALSE MYTH

For a long time, there was a myth among a large part of the Portuguese recreational diving community that diving off the coast of Cascais wasn't the most interesting. An assertion that José Eduardo dos Santos has never been able to understand how it came about, let alone how it spread so widely, and he has worked hard to debunk it. From his perspective, Cascais has some of the best bottom profiles in the country, with underwater walls



with slopes of up to five metres; mixed areas of sand and stone; high rocks, full of recesses; and lots of fauna and flora to discover. Potentially one of the most worth discovering on the Portuguese coast.

The head of the CNC's Diving Centre believes that the most important thing is to honestly guarantee that the sea conditions are right for diving, so as not to disappoint divers. This requires dedication in assessing the weather forecasts, which means observing the sea in real time early in the morning, before the divers arrive, and having the ability to cancel activities when the weather is not favourable.

The concept is simple, as his own words prove: **"If I like to dive with a given sea criterion, I'm not going to subject others to a lower criterion... We have some of the best conditions for receiving divers at Clube Naval de Cascais: dive sites from 5 to 40 minutes from the club; good conditions for washing equipment after diving, in which we use appropriate disinfectants; space for drying equipment; good changing rooms with hot showers; and even our own space for meals together to share experiences and socialise. This is how it was possible to revive interest in diving in Cascais".** ■

FULL DEDICATION

In the words of the poet, "man dreams, the work is born". This is how the CNC Cascais Diving Centre came to be, when José Eduardo dos Santos, a CNC member with vast experience in this area, contacted the club's board of directors with a view to establishing a diving centre at the club's headquarters. The project was immediately well received by everyone, and was immediately registered as a PADI dive centre by the most recognised and widely implemented certification organisation in the world.

He has been connected to the underwater world from an early age, even as a child through fishing, and as a teenager through spearfishing (which was soon followed by a passion for photography that has stayed with him to this day - he took the Professional Photography Course at the Portuguese Institute of Photography, where he was a laboratory trainer, obtaining a specialisation in underwater photography in 1994, and went on to have his own photography school), in 1992, at the age of 22, he took his first diving course - and never stopped practising the sport or deepening

his knowledge of it. In fact, his love of the sea and diving has led him to evolve and attend various speciality courses, from 1996 to the present day, becoming a Master Instructor, with an enviable CV in this area, and being able to provide training in a wide variety of fields. Not forgetting the experience he has gained from diving in such different latitudes as Australia, New Zealand, Thailand, Cape Verde, Mozambique, Brazil, USA, Mexico, Jamaica, Maldives, Egypt, Tunisia, among others, and from taking part in various expeditions. ■



again illustrative: by the end of 2024, the CNC Diving Centre had issued 69 professional certifications, 189 recreational certifications and 22 emergency certifications.

It is important to remember one unavoidable rule of scuba diving: to practise it, it is not enough to have the best equipment for the job, it is also necessary, and no less important, to keep it in good condition. For this reason, the CNC Diving Centre regularly replaces (because they have become obsolete or impossible to keep in proper working order) several of the pieces of equipment it makes available to its visitors. Likewise, thanks to the fact that the person in charge is an official technician and dealer for several of the most reputable brands of diving equipment on the market, not only is the maintenance of CNC Diving Centre's equipment is done on its own premises, but maintenance services, authorised assistance and guarantees are also available to users who so wish.

All in all, there is no doubt that, whatever the level of experience of the divers who visit, the CNC Diving Centre is able to offer training and diving trips capable of providing memorable moments and unforgettable memories. Usually, dives are carried out in areas relatively close to the CNC Cascais, in order to get to know the most interesting underwater sites along the Cascais coast, where there is no shortage of points of interest. But trips to more distant locations are also organised because, after all, the ocean is one and deserves to be discovered in detail. So there's no shortage of reasons to go diving at Clube Naval de Cascais! ■