

Les formations en plongée souterraine

LA PLONGEE DE DECOUVERTE

La Découverte est bien la première plongée en milieu souterrain avec une progression au-delà de la lumière du jour. C'est en quelque sorte un baptême de plongée souterraine.

Les objectifs de la découverte sont proches de ceux du stage d'initiation, entre autre faire découvrir à un plongeur, déjà un peu expérimenté, un nouveau milieu avec de nouvelles règles de conduite, différentes de ses habitudes.

STAGE D'INITIATION

Il s'agit de faire découvrir à un plongeur, un milieu nouveau avec des règles de conduite spécifiques. Il devra s'habituer à un nouveau matériel et intégrer des règles de sécurité parfois en contradiction avec son vécu.

La durée : 2 jours séparés ou regroupés. Il comportera un nombre de plongées compris entre 2 et 4.

STAGE DE PERFECTIONNEMENT TECHNIQUE

Regrouper pendant une durée supérieure ou égale à 2 jours, successifs ou non, des cadres en plongée souterraine avec des plongeurs souterrains en formation pour acquérir : une ou plusieurs unités de valeurs correspondant au programme de formation des brevets de plongée souterraine, et / ou des connaissances techniques spécifiques à la plongée souterraine.

La durée du stage est déterminée par le directeur technique du stage en fonction du programme qu'il souhaite réaliser, nombre de stagiaires, niveau des stagiaires, nombre de cadres qui y participent.

LES SITES DE PLONGÉE

Nous plongeons lors de la journée découverte, à Bourg Saint Andéol sur 2 sites « école », mais vous pourrez plonger dans d'autres cavités en Vaucluse, en Ardèche ou dans le Gard.

LES CONDITIONS D'ACCES :

- **Etre majeur.**
- Posséder le **niveau II de la FFESSM** ou équivalent CMAS. Ce niveau doit être confirmé par une pratique effective.
- Etre titulaire de la licence FFESSM en cours de validité
- Présenter un certificat médical de non contre-indication à la pratique de la plongée subaquatique de moins de 1 an délivré conformément à la législation en vigueur.
- avoir souscrit une assurance complémentaire prévoyant entre autre un volet individuel accident et assistance rapatriement prenant en compte l'activité conformément à l'article 12 du règlement intérieur de la CNPS

A la réception de votre dossier d'inscription **complet**, et en fonction du nombre de places disponibles, une confirmation d'inscription et les renseignements complémentaires vous seront adressés par mail, une semaine avant le stage.

La CDPS84 se réserve le droit, en fonction des conditions météorologiques ou autre cas de force majeure, d'ajourner, de déplacer les lieux de stage ou même d'annuler celui-ci.

PARTICIPATION AUX FRAIS :

Tarif : **35 € par stagiaire et par jour** (règlement par chèque à l'ordre du CoDep 84 FFESSM)

Pour les licenciés à des clubs non affiliés au CoDep 84 le tarif est de **39 € par jour**.

Ce tarif est une participation aux frais d'encadrement, le briefing théorique, la pratique, le prêt de certains matériels spécifiques (casque, éclairage, fixations pour bi-bouteilles, dévidoirs et cisailles). Ce matériel est financé par le CoDep84.

Les déplacements et les repas de midi des stagiaires sont à leur charge (prévoir pique-nique).

La liste des participants sera diffusée pour faciliter les co-voiturages.

VOTRE MATERIEL INDIVIDUEL (n'est pas prêté par le CoDep84) :

Palmes - Masque – Combinaison avec cagoule – Gants - Bottillons néoprène avec semelle (ou chaussons néoprène + chaussures type Pataugas, dans ce cas, attention à la taille des palmes)

Ordinateur ou Timer/Profondimètre – Compas

Gilet stabilisateur (classique ou wings) permettant la fixation de deux bouteilles - Ceinture de lest habituel

Deux bouteilles identiques de 9 litres minimum à 12 litres maximum (au choix), **robinets DIN** indépendants ou reliés avec robinet d'isolement, fûts longs et simples sorties (si possible)

Deux détendeurs DIN avec 2 manomètres et 2 Direct System si possible (pas d'octopus)

2 lampes pouvant être portées sur casque (minimum) OU 2 piles de type CR123 lithium.

Concernant la combinaison, prévoyez des plongées d'environ 30 à 60 minutes dans une eau à 14°C. Une combinaison semi-étanche, par exemple, convient tout à fait. Ne venez avec une combi étanche que si vous maîtrisez parfaitement son utilisation (au moins une dizaine de plongées en surface libre).

Les stagiaires doivent arriver avec les blocs gonflés. Attention, les blocs doivent impérativement être en règle par rapport aux dates de requalification et/ou de TIV.

Le reste du matériel spécifique est prêté aux stagiaires, néanmoins si vous préférez plonger avec votre matériel personnel (confort psychologique), pas de problème.



Les zones de plongée souterraine

Z1 : Zone sous plafond éclairée par la lumière du jour.

Z2 : Cavité équipée. Durée maximale des paliers 30 min, durée maximale d'immersion 1h30. La profondeur est limitée à 40 mètres.

Z3 : Toute cavité, pas de limite de durée, la profondeur est limitée par les gaz utilisés.

Les niveaux de plongée souterraine (voir les contenus sur le livret de plongée souterraine)

Le Plongeur Souterrain niveau 1 (PS1)

Cette qualification atteste la capacité d'un plongeur souterrain en cours d'apprentissage à évoluer en sécurité, accompagné, dans les galeries noyées équipées en zone 2.

Il sera accompagné par un plongeur souterrain au moins **Plongeur Souterrain 3 (PS3)** afin d'acquérir de l'expérience en toute sécurité et de progresser vers l'autonomie.

Le Plongeur Souterrain niveau 2 (PS2)

Cette qualification atteste la capacité d'un plongeur souterrain à plonger en binôme dans les limites de la zone 2.

Ce plongeur doit être accompagné par un plongeur souterrain de niveau égal ou supérieur, afin d'acquérir de l'expérience en toute sécurité dans des siphons déjà équipés, limité en profondeur et durée de plongée.

Il lui appartient de s'informer par tout moyen des caractéristiques réelles de la cavité, des conditions de plongée et de son état actuel d'équipement.

Le Plongeur Souterrain niveau 3 (PS3)

Cette qualification atteste la capacité d'un plongeur souterrain à :

- plonger seul, ou accompagné d'un plongeur de niveau égal, en zone 3
- accompagner en toute sécurité un plongeur souterrain **PS1** dans le cadre de ses prérogatives.

Le rôle du **PS3** n'est pas d'enseigner. Lorsqu'il accompagne un PS1, il évalue les conditions de plongée et fixe les limites de progression en tenant compte des prérogatives du PS1. Il maîtrise les paramètres de la plongée et apporte de l'aide au **PS1** si besoin. C'est un exemple, tant pour la technique et le matériel utilisés, que par son comportement.

Vos documents si vous poursuivez l'activité

Pour imprimer le livret de plongée souterraine :

<http://cnps.plongeesouterraine.org/uploads/FICHIERS/ENSEIGNEMENT/brevets%20plongeurs/2016%2004%20Livret%20plong%C3%A9%20sout.pdf>

Pour imprimer le carnet des plongées :

<http://cnps.plongeesouterraine.org/uploads/FICHIERS/ENSEIGNEMENT/brevets%20plongeurs/carnet%20pl%20sout.pdf>

La couverture :

<http://cnps.plongeesouterraine.org/uploads/FICHIERS/ENSEIGNEMENT/brevets%20plongeurs/10-04-26%20garde%20Livret%20plong%C3%A9%20sout.doc>

