

Théorie Niveau 1



Environ 1H30

E3.25251

- LE NIVEAU 1 FFESSM :

F FÉDÉRATION

F FRANÇAISE

E d'ÉTUDE

S et de SPORT

S SOUS

M MARIN

FFESSM

ASSOCIATION LOI 1 901

- Objectif
- Condition d'accès
- Réglementation
- Le matériel
- Les signes
- La pression
- Barotraumatismes
- La flottabilité
- Le lestage
- La désaturation
- Perte de palanquée
- Conclusion

- L'OBJECTIF DU PLONGEUR NIVEAU 1 :

- DOIT ÊTRE CAPABLE DE RÉALISER DES PLONGÉES
D'EXPLORATION JUSQU'À 20 m DE PROFONDEUR

DANS UNE PALANQUÉE

ET

AVEC UN GUIDE DE PALANQUÉE

SOUS LA DIRECTION D'UN DIRECTEUR DE PLONGÉE

MAXIMUM
20 m



- Objectif
- Condition d'accès
- Réglementation
- Le matériel
- Les signes
- La pression
- Barotraumatismes
- La flottabilité
- Le lestage
- La désaturation
- Perte de palanquée
- Conclusion

- RAPPEL :

- Une palanquée c'est un groupe de plongeurs.....
- Qui a le même profil de plongée

EN TEMPS ET EN PROFONDEUR



E3.25251

**UN GROUPE UNI QUI
SE SURVEILLE**

- **Objectif**
- Condition d'accès
- Réglementation
- Le matériel
- Les signes
- La pression
- Barotraumatismes
- La flottabilité
- Le lestage
- La désaturation
- Perte de palanquée
- Conclusion

- CONDITION D'ACCÈS :

➤ Être âgé de 14 ans au moins à la date de délivrance

➤ 12 ans dans les conditions suivantes :

- Demande volontaire de l'intéressé (e).

- Demande des parents au président du club ou au responsable de la structure commerciale.

- Avis favorable du moniteur et du président du club ou du responsable de la structure commerciale agréée.

- Présentation d'un certificat médical favorable à la préparation et à la délivrance de ce brevet, émis par tout médecin. Ce certificat devra être présenté dès l'entrée en formation.

**À PARTIR
DE
12 ANS**

- Objectif
- Condition d'accès
- Réglementation
- Le matériel
- Les signes
- La pression
- Barotraumatismes
- La flottabilité
- Le lestage
- La désaturation
- Perte de palanquée
- Conclusion

- RÉGLEMENTATION :

POUR PLONGER IL FAUT ?

- Objectif
- Condition d'accès
- Réglementation
- Le matériel
- Les signes
- La pression
- Barotraumatismes
- La flottabilité
- Le lestage
- La désaturation
- Perte de palanquée
- Conclusion

- Un certificat médical de non-contre-indication à la pratique de la plongée

- Délivré par tout médecin

DE MOINS DE 1 AN

DE
DATE
A
DATE

FFESSM COMMISSION Médicale et de Prévention
Fédération française d'études et de sports sous-marins
FONDÉE EN 1953 - MEMBRE FONDATEUR DE LA CONFÉDÉRATION MONDIALE DES ACTIVITÉS SUBAQUATIQUES

Je soussigné Docteur **DÉMARQUEST JACQUES** 84 Rue des Martyrs 60110 MERU
N° de médecin fédéral n° 07.60.09.48

Médecin diplômé de médecine subaquatique
 Médecin du sport (qui ne peut pas signer ce document s'il s'agit d'un enfant de 8 à 14 ans qui n'est pas nouveau L) d'un plongeur handicapé ou pour la reprise de la plongée après un accident de plongée

Prénom : Rodolphe

Carte :
Avoir examiné ce jour
Nom : Marchal
Né(e) le 30/11/66
Demeurant 4 rue des peupliers 60110 Lamaison

Ne pas avoir constaté ce jour, sous réserve de l'exactitude de ses déclarations, de contre-indication cliniquement décelable :
 à la pratique de l'ensemble des activités fédérales de loisir
 à la pratique des activités fédérales de loisir suivantes : récréateur

à l'enseignement et à l'encadrement de la plongée :
 à la préparation et à la présentation du brevet suivant :

Que l'enfant désigné ci-dessus a bénéficié des examens prévus par la réglementation FFESSM et qu'il ne présente pas à ce jour de contre-indication clinique à la pratique :
 de la plongée subaquatique avec scaphandre
 de l'ensemble des activités fédérales de loisir à l'exception des activités indiquées ci-dessous :

Pour la surveillance médicale des enfants de 8 à 12 ans, je préconise la périodicité suivante :
 à mois
 que l'enfant désigné ci-dessus ne présente pas de contre-indication ou surclassement pour la discipline suivante :

Ne pas avoir constaté ce jour, sous réserve de l'exactitude de ses déclarations :
 de contre-indication à l'ensemble des compétitions fédérales
 de contre-indication aux compétitions dans la discipline suivante :

Remarques éventuelles :
le 24/06/2016

Signature et cachet

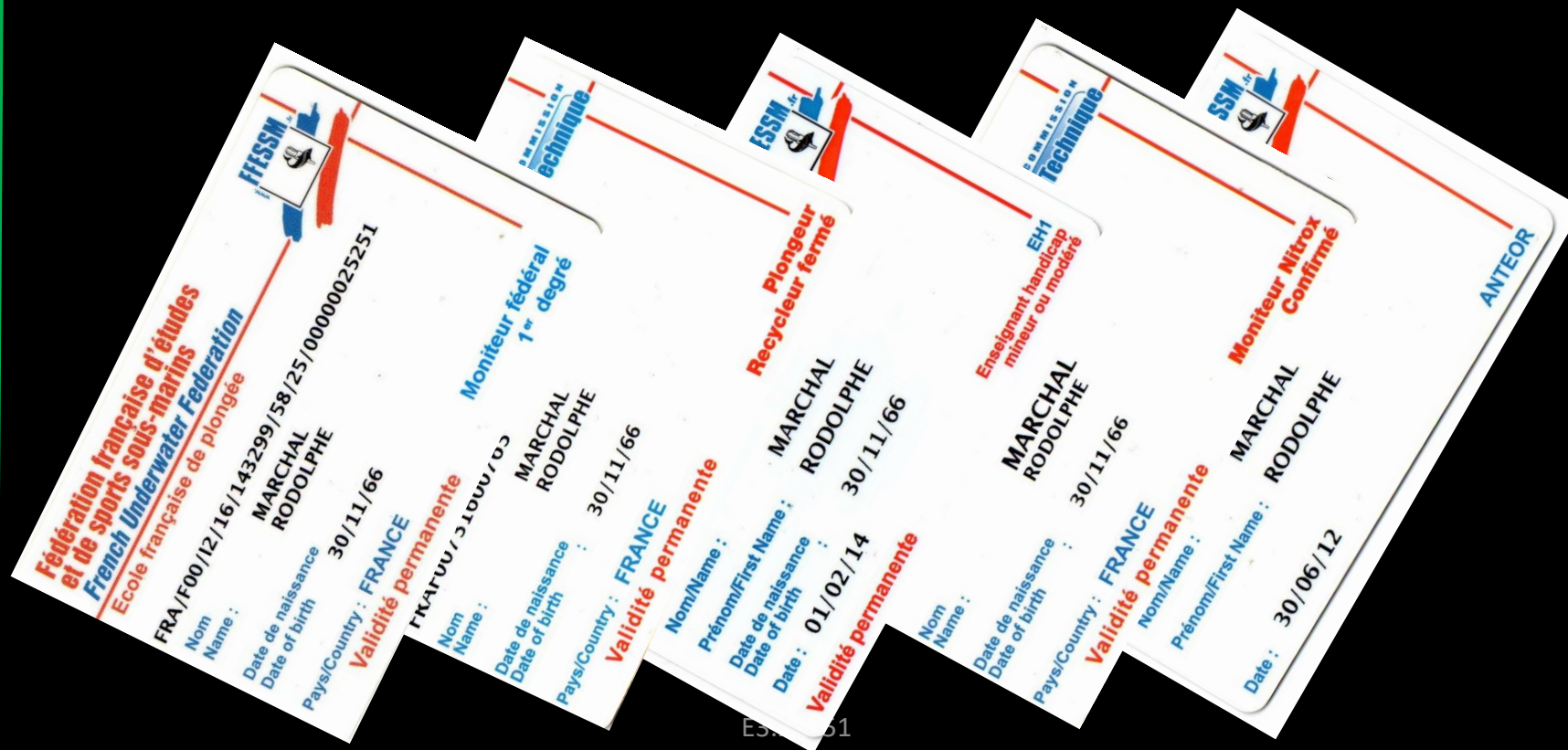
Fait à MERU le 24/06/2016 (obligatoire)
Nombre de case(s) cochée(s) : 3

Le présent certificat, valable 1 an, est un modèle intercurrente ou accident de plongée, est en vigueur de la date de la signature.
Dr Jacques DEMARQUEST
N° 07.60.09.48 FFESSM
84 Rue des Martyrs
60110 MERU
Tel. 03.44.22.00.42
01.93.018.2 0 1 20 1

- RÉGLEMENTATION :

- Une carte de niveau et une par spécialité

- Délivrée par la FFESSM



- Objectif
- Condition d'accès
- Réglementation
- Le matériel
- Les signes
- La pression
- Barotraumatismes
- La flottabilité
- Le lestage
- La désaturation
- Perte de palanquée
- Conclusion

À RETENIR !

- RÉGLEMENTATION :

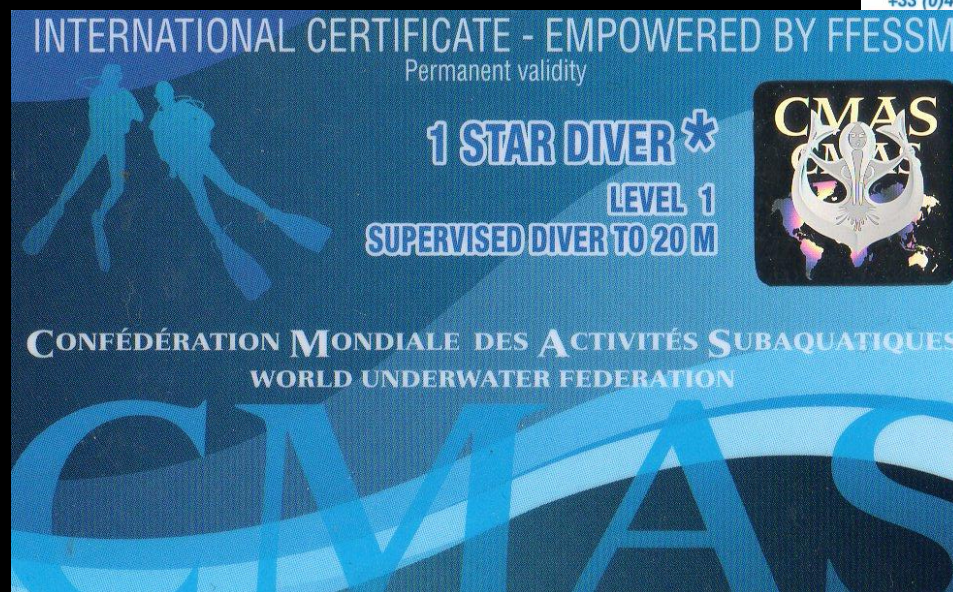
- La même carte de niveau et de spécialité

est reconnue par la **CMAS**

Confédération Mondiale des Activités Subaquatiques

**RECONNU AU
NIVEAU MONDIAL**

- Objectif
- Condition d'accès
- Réglementation
- Le matériel
- Les signes
- La pression
- Barotraumatismes
- La flottabilité
- Le lestage
- La désaturation
- Perte de palanquée
- Conclusion



E3.25251

À RETENIR !

- RÉGLEMENTATION :

- Une licence à jour délivrée par la FFESSM



- IL existe des assurances complémentaires de la FFESSM !**
- Une autorisation parentale pour les mineurs**

**VALABLE JUSQU'AU
31 décembre/----**

**LA LICENCE N'EST
PAS OBLIGATOIRE
DANS LES CLUBS
PRIVÉS**

**L'IMPORTANCE
DE
L'ASSURANCE**

- Objectif**
- Condition d'accès**
- Réglementation**
- Le matériel**
- Les signes**
- La pression**
- Barotraumatismes**
- La flottabilité**
- Le lestage**
- La désaturation**
- Perte de palanquée**
- Conclusion**

À RETENIR !

- RÉGLEMENTATION :

- Un carnet de plongées

- Notifier les plongées

- Objectif
- Condition d'accès
- Réglementation
- Le matériel
- Les signes
- La pression
- Barotraumatismes
- La flottabilité
- Le lestage
- La désaturation
- Perte de palanquée
- Conclusion



**IL EST NOTRE
MEMOIRE**

**IL EST DEMANDE
DANS LES CLUBS
POUR VOIR NOTRE
EXPERIENCE**

- Objectif
- Condition d'accès
- Réglementation
- Le matériel
- Les signes
- La pression
- Barotraumatismes
- La flottabilité
- Le lestage
- La désaturation
- Perte de palanquée
- Conclusion

Date (date) : **Site (location) :**

Type de plongée (sort of dive)

- Enseignement (training)
- Exploration (recreational)
- Plongée de nuit (night diving)
- Épave (wreck diving)
- Nitrox
- Trimix
- Autres* (others)

Décompression (déco)

- Tables Ordinateurs

3 m : min. **6 m :** min.


Heure de sortie (time out) : H min.

Profondeur (depth) : m **Durée (time) :** min

Observations (comments)
(but, participants, déroulement, faits marquants)

- Le pays
- La température
- Le temps
- Avec qui
- Ce que l'on a vu
la faune et la flore
- Son lestage

Cachet et signature du moniteur



Rodolphe MARCHAL

Plongée (dive) N° :

**IL DOIT ÊTRE
TAMPONNÉ ET
SIGNÉ**

- RÉGLEMENTATION :

- Le site de la FFESSM

- Objectif
- Condition d'accès
- Réglementation
- Le matériel
- Les signes
- La pression
- Barotraumatismes
- La flottabilité
- Le lestage
- La désaturation
- Perte de palanquée
- Conclusion



À RETENIR !

**LE SITE
OFFICIEL
DE LA
FFESSM**

**AVEC APPLICATION
POUR TELEPHONE**

À RETENIR !



- Objectif
- Condition d'accès
- Réglementation
- Le matériel
- Les signes
- La pression
- Barotraumatismes
- La flottabilité
- Le lestage
- La désaturation
- Perte de palanquée
- Conclusion

AVEC UN ESPACE LICENCIE

Navigation menu: **DECOUVERTE** | **LICENCIE** | DRIGEANT | SUBAQUA | MEDIA/COM

Rechercher

LA FFESSM PRES DE CHEZ VOUS

>Rechercher un club

Consultez ici toutes les informations de votre COMITE REGIONAL ...

Choisir votre comité régional

>Consulter les sites des comités

ACTIVITES DE LA PLONGEE

PLONGER EN BOUTEILLE

BOUTEILLE, RECYCLEUR
>Diplômes reconnus dans le monde entier,du pack découverte au recycleur<

PLONGER LIBRE

APNEE et PLONGEE LIBRE
> Découverte du milieu, plaisir des sensations <

PRATIQUER UN SPORT SUBAQUATIQUE

SPORT SOUS L'EAU
> une Fédération sportive multidisciplinaire <

LE COIN DES PROS

Le Coin des Pros

Espace dédié aux pros et pour tout savoir sur les SCA, SCIA et Club France

POSEZ VOTRE QUESTION

Choisir la catégorie de la question

Saisir la question

Envoyer la question

>Liste des FAQ

LES AVANTAGES DE LA LICENCE FFESSM

n° 1 en France, agréée par l'Etat et délégataire de Ministère des Sports pour les activités subaquatiques. Fondée en 1948, la FFESSM a un caractère multidisciplinaire et

1. ACCES A TOUTES LES ACTIVITES
La licence donne accès à l'ensemble des formations et activités. >...

APPLICATION

ACTIV

INFORMATION & GESTION

- Objectif
- Condition d'accès
- Réglementation
- Le matériel
- Les signes
- La pression
- Barotraumatismes
- La flottabilité
- Le lestage
- La désaturation
- Perte de palanquée
- Conclusion

The image shows a screenshot of the FFESSM website. At the top right, there are input fields for 'Identifiant' and 'Mot de passe' with an 'OK' button. The main banner features a sea turtle and the text 'Environnement et Biologie sub : voir, comprendre, aimer et respecter'. Below the banner is the FFESSM logo and the slogan 'Le plaisir est sous l'eau!'. A navigation menu includes 'DECOUVERTE', 'LICENCE', 'DIRIGEANT', and 'SU...'. The 'LICENCE' section is highlighted. In this section, the 'ACCES FRANCE LICENCE' area contains a form with 'N° licence : A-03-123456' and 'Mot de passe :' fields, both circled in red, and a 'Valider' button. Below this are sections for 'CLUB FRANCE INTERNATIONAL' and 'COMMISSIONS ET ACTIVITES'. An 'ACTUALITES' section features an advertisement for the 'APPLICATION TIV INFORMATION & GESTION' with a price of 20,00€. A large license card is overlaid on the right side of the page. The card is for 'Licence FFESSM' valid from 23/09/16 to 31/12/17. It lists 'Licence N° : A-09-426125' (circled in red), 'Club : STIMULA BLOUÉE EMERAUDE', and 'MARCHAL RODOLPHE'. Other details include 'Né(e) le : 30/11/66', 'N° club : 03 35 0335', and 'Catégorie : A.I.A : Loisir 1'. The card also mentions 'Worldwide insurance for scuba diving accidents' and 'Worldwide in case you would cause damages to third parties.' with a price of 18,00€.

N° LICENCE

PREMIERE INSCRIPTION



RETOUR

ESPACE DU LICENCIÉ

■ INFORMATIONS

↳ Modifier

M RODOLPHE MARCHAL

Né le 30/11/1966
4 RUE DES PEUPLIERS
60110 LORMAISON
0637041895
rodolphemarchal@gmail.com
Activité principale : explo air
Activité secondaire : Apnée
Catégorie socio-professionnelle : Employés secteur public

■ LICENCE

↳ Attestation

Licence N° **A-09-426125**
Date de souscription : 23/09/2016
Date de validité : 31/12/2017
Structure de plongée : ST MALO PLONGEE EMERAUDE (03350335)

■ ASSURANCE

↳ Modifier

↳ Attestation

↳ Déclarer un sinistre

↳ Espace assurance

Assurance : **Loisir 1 Base 2017**
Date de règlement : 27/09/2016
Date de validité : 31/12/2017

■ NIVEAU

↳ Attestation

E3 - M.F.1. délivré à GALERIA le 16/07/2016
INITIATEUR - DIRECTEUR DE BASSIN délivré à FRANCONVILLE le 24/09/2013
MONITEUR NITROX CONFIRME délivré à EQ. PNC ANMP le 09/08/2016
PLONGEUR INSPIRATION VISION AIR délivré à ST MALO le 30/10/2016
ENSEIGNANT POUR PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP 1 délivré à SARCELLES le 01/02/2014
Spécification ANTEOR délivré à MONTREUIL le 30/06/2012
Spécification RIFA plongée délivré à OSNY le 14/04/2012
APNEISTE NIVEAU 1 délivré à OSNY le 16/01/2015
PLONGEUR PHOTOGRAPHE NIVEAU 2 délivré à BASTIA le 01/05/2014

E3.25251

À RETENIR !

ESPACE PERSONNEL

- Objectif
- Condition d'accès
- Réglementation
- Le matériel
- Les signes
- La pression
- Barotraumatismes
- La flottabilité
- Le lestage
- La désaturation
- Perte de palanquée
- Conclusion

- RÉGLEMENTATION :

- Le magazine de la FFESSM « SUBAQUA »

- Objectif
- Condition d'accès
- Réglementation
- Le matériel
- Les signes
- La pression
- Barotraumatismes
- La flottabilité
- Le lestage
- La désaturation
- Perte de palanquée
- Conclusion



**MAGAZINE
OFFICIEL
DE LA
FFESSM**

- RAPPEL :

- LES PAVILLONS EN PLONGÉE PRÉVIENNENT LES AUTRES BATEAUX QU'IL Y A DES PLONGEURS SOUS L'EAU

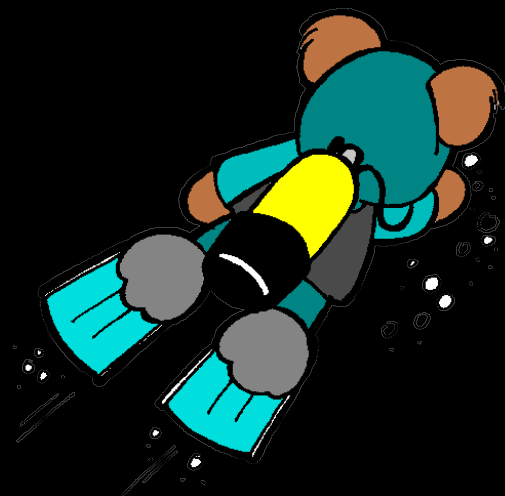
PAVILLON ALPHA



CROIX SAINT ANDRÉ



PAVILLON ROUGE



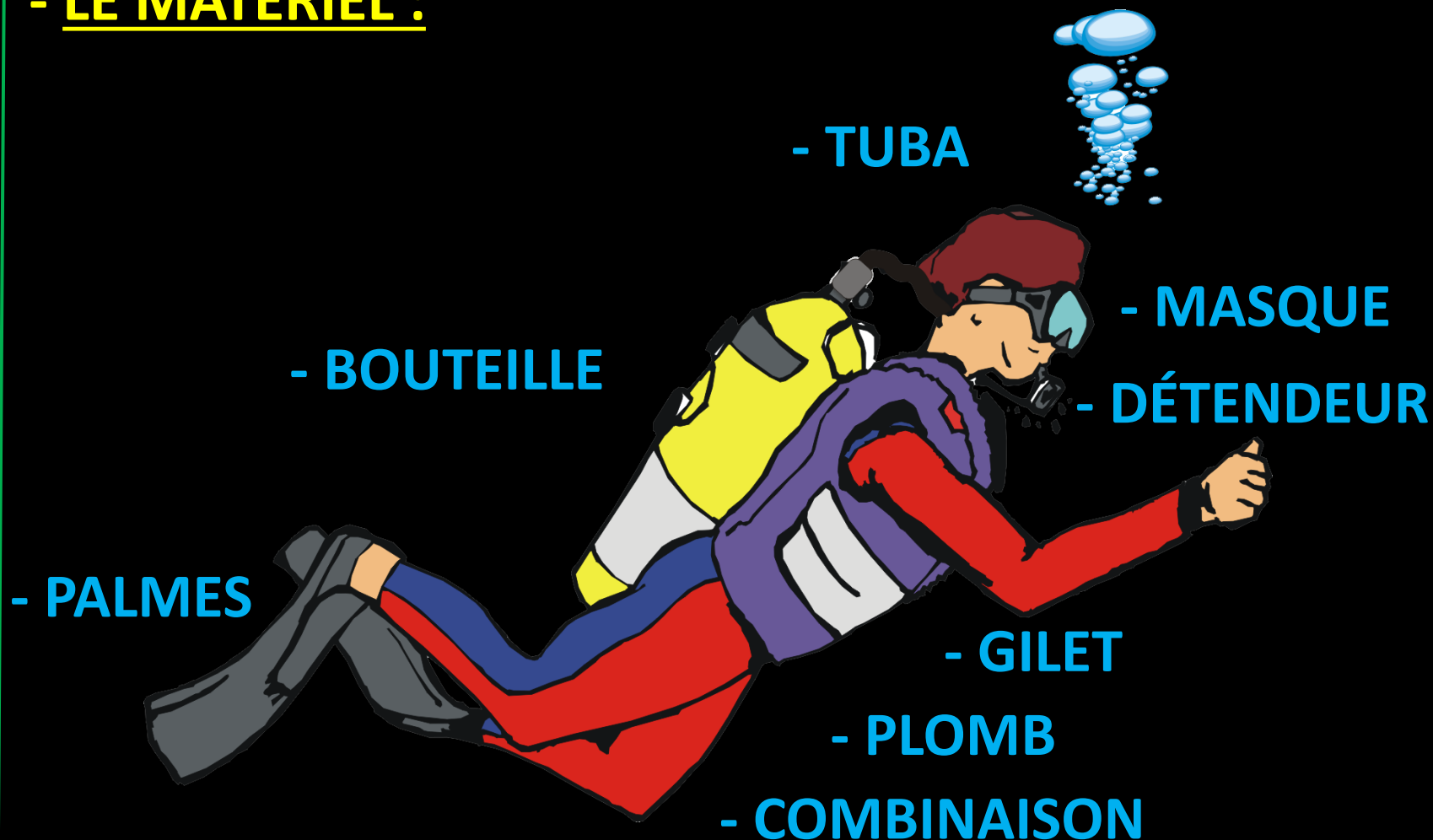
- Objectif
- Condition d'accès
- Réglementation
- Le matériel
- Les signes
- La pression
- Barotraumatismes
- La flottabilité
- Le lestage
- La désaturation
- Perte de palanquée
- Conclusion

**AVEZ-VOUS
DES
QUESTIONS ?**



- LE MATÉRIEL :

- Objectif
- Condition d'accès
- Réglementation
- Le matériel
- Les signes
- La pression
- Barotraumatismes
- La flottabilité
- Le lestage
- La désaturation
- Perte de planquée
- Conclusion



ADAPTE
A
CHACUN

- LES INSTRUMENTS DE MESURE et LE PARACHUTE
(non obligatoires pour un N1)

- LE MATÉRIEL :

P - M - T



**ADAPTER
ET EN
FONCTION DE
L'ACTIVITÉ**

- Objectif
- Condition d'accès
- Réglementation
- Le matériel
- Les signes
- La pression
- Barotraumatismes
- La flottabilité
- Le lestage
- La désaturation
- Perte de palanquée
- Conclusion

- LE MATÉRIEL :

LA COMBINAISON

- Évite le froid
- Protège des agressions extérieures (piqûre, brûlure etc.)

QUEL TYPE DE COMBINAISON ?

- En fonction de la température de l'eau
- Humide, semi-étanche, étanche
- L'épaisseur de la combinaison
- Sous ou sur veste

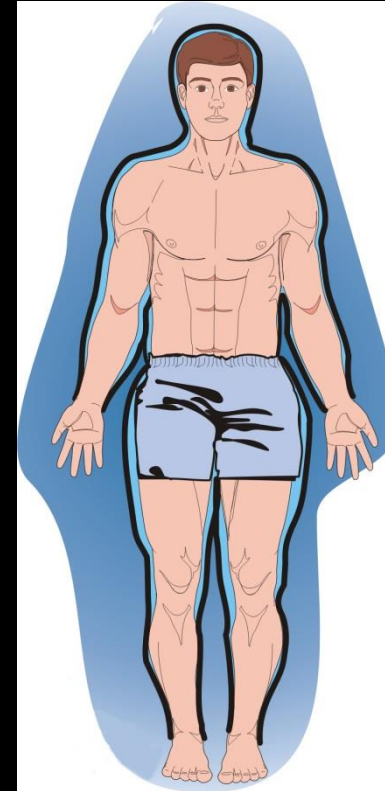
ADAPTER
À LA TEMPÉRATURE

- Objectif
- Condition d'accès
- Réglementation
- Le matériel
- Les signes
- La pression
- Barotraumatismes
- La flottabilité
- Le lestage
- La désaturation
- Perte de palanquée
- Conclusion

- LE MATÉRIEL :

LA COMBINAISON

- Objectif
- Condition d'accès
- Réglementation
- Le matériel
- Les signes
- La pression
- Barotraumatismes
- La flottabilité
- Le lestage
- La désaturation
- Perte de planquée
- Conclusion



À RETENIR !

BULLES D'AIR

**L'EAU DANS LA
COMBINAISON
TIENT AU CHAUD**

- LE SAVIEZ VOUS ? :

- On se refroidit 25 fois plus vite sous l'eau, que sur terre
- le froid peut être dangereux en plongée
- le froid réduit le temps de la plongée



**S'HABILLER
CHAUDEMMENT
AVANT
PENDANT
APRES
LA PLONGÉE**

- Objectif
- Condition d'accès
- Réglementation
- Le matériel
- Les signes
- La pression
- Barotraumatismes
- La flottabilité
- Le lestage
- La désaturation
- Perte de palanquée
- Conclusion

- LE MATÉRIEL :

LE GILET



BOUTEILLE



DÉTENDEUR



À RETENIR !

**LA CONTENANCE
D'AIR DU GILET**

**CONTENANCE
POIDS**

**ADAPTER
À LA
MORPHOLOGIE**

- Objectif
- Condition d'accès
- Réglementation
- Le matériel
- Les signes
- La pression
- Barotraumatismes
- La flottabilité
- Le lestage
- La désaturation
- Perte de palanquée
- Conclusion

À RETENIR !

- LE MATÉRIEL :

- Objectif
- Condition d'accès
- Réglementation
- Le matériel
- Les signes
- La pression
- Barotraumatismes
- La flottabilité
- Le lestage
- La désaturation
- Perte de palanquée
- Conclusion

LE LESTAGE



PARACHUTE



MATÉRIEL DE MESURE



**ATTENTION
AU
SUR OU SOUS
LESTAGE :**

**OBLIGATOIRE
PAR PALANQUÉE**

**OBLIGATOIRE
AU
NIVEAU 2**

- LE MATÉRIEL :

AVANT L'ACHAT DE MATERIELS !

RENSEIGNEZ – VOUS !!!

ESSAYEZ – LE !!!

- Objectif
- Condition d'accès
- Réglementation
- Le matériel
- Les signes
- La pression
- Barotraumatismes
- La flottabilité
- Le lestage
- La désaturation
- Perte de palanquée
- Conclusion

**AVEZ-VOUS
DES
QUESTIONS ?**



- LES SIGNES CONVENTIONNELS EN SURFACE :

- Objectif
- Condition d'accès
- Réglementation
- Le matériel
- Les signes
- La pression
- Barotraumatismes
- La flottabilité
- Le lestage
- La désaturation
- Perte de palanquée
- Conclusion



TOUT VA BIEN !



DÉTRESSE

ATTENTION
À LA
MÉTÉO

- LES SIGNES CONVENTIONNELS EN PLONGÉE :

- Objectif
- Condition d'accès
- Réglementation
- Le matériel
- Les signes
- La pression
- Barotraumatismes
- La flottabilité
- Le lestage
- La désaturation
- Perte de palanquée
- Conclusion



ON DESCEND !



ON MONTE !



CA VA !



CA NE VA PAS !

**ON PEUT
RAJOUTER
OU
CA NE VA PAS**

À RETENIR !

- LES SIGNES CONVENTIONNELS EN PLONGÉE :

- Objectif
- Condition d'accès
- Réglementation
- Le matériel
- Les signes
- La pression
- Barotraumatismes
- La flottabilité
- Le lestage
- La désaturation
- Perte de palanquée
- Conclusion



MI-PRESSION



50 bars



PANNE D'AIR



FIN DE PLONGÉE

- LES SIGNES CONVENTIONNELS DE NUIT :



TOUT VA BIEN



SIGNE DE DÉTRESSE

- Objectif
- Condition d'accès
- Réglementation
- Le matériel
- Les signes
- La pression
- Barotraumatismes
- La flottabilité
- Le lestage
- La désaturation
- Perte de palanquée
- Conclusion

**LUMIÈRE VERS LE
BATEAU !!!
LE BON BATEAU**

- LES SIGNES NON CONVENTIONNELS :



ILS SONT MULTIPLES

ET

**ILS DOIVENT ÊTRE ENSEIGNES PAR LE GP AVANT LA
PLONGÉE**

**PENDANT
LE BRIEFING**

- Objectif
- Condition d'accès
- Réglementation
- Le matériel
- Les signes
- La pression
- Barotraumatismes
- La flottabilité
- Le lestage
- La désaturation
- Perte de palanquée
- Conclusion

À RETENIR !

- RAPPEL :

- **TRIBORD !** Droite du navire
- **BÂBORD !** Gauche du navire
- **LA PROUE !** L'avant du navire
- **LA POUPE !** L'arrière du navire



**BIEN RANGER SES
AFFAIRES SUR LE
BATEAU POUR
ÉVITER
LA CASSE !
LA PERTE**

**SUR UN BATEAU, ON ESSAIE DE METTRE SES AFFAIRES
PAR PALANQUÉE**

- Objectif
- Condition d'accès
- Réglementation
- Le matériel
- Les signes
- La pression
- Barotraumatismes
- La flottabilité
- Le lestage
- La désaturation
- Perte de palanquée
- Conclusion

**AVEZ-VOUS
DES
QUESTIONS ?**



- RAPPEL :

À la descente le Niveau 1
doit se positionner.....

OU ?

- Au-dessus de GP ou
au même niveau
- A proximité

POURQUOI ?

- Respecter la vitesse
de descente 30 m/’
- Respecter la
profondeur de 20 m

**DESCENTE
DESSUS !!!**



- Objectif
 - Condition d'accès
 - Réglementation
 - Le matériel
 - Les signes
 - La pression
- Barotraumatismes**
- La flottabilité
- Le lestage**
- La désaturation
- Perte de palanquée**
- Conclusion

- RAPPEL :

Pendant la plongée le Niveau 1
doit se positionner.....

OU ?

**- À côté ou au-dessus du GP ou au même niveau et
à proximité**

POURQUOI ?

- Respecter le profil de la plongée
- Le calcul des paliers



**À CÔTÉ
OU
AU DESSUS !!!**

- Objectif
- Condition d'accès
- Réglementation
- Le matériel
- Les signes
- La pression
- Barotraumatismes
- La flottabilité
- Le lestage
- La désaturation
- Perte de palanquée
- Conclusion

- RAPPEL :

**A la remontée le Niveau 1
doit se positionner.....**

OU ?

**- Au-dessous du GP ou au même niveau et à
proximité**

POURQUOI ?

- **Respecter la vitesse de remontée**
- **Respecter les paliers**



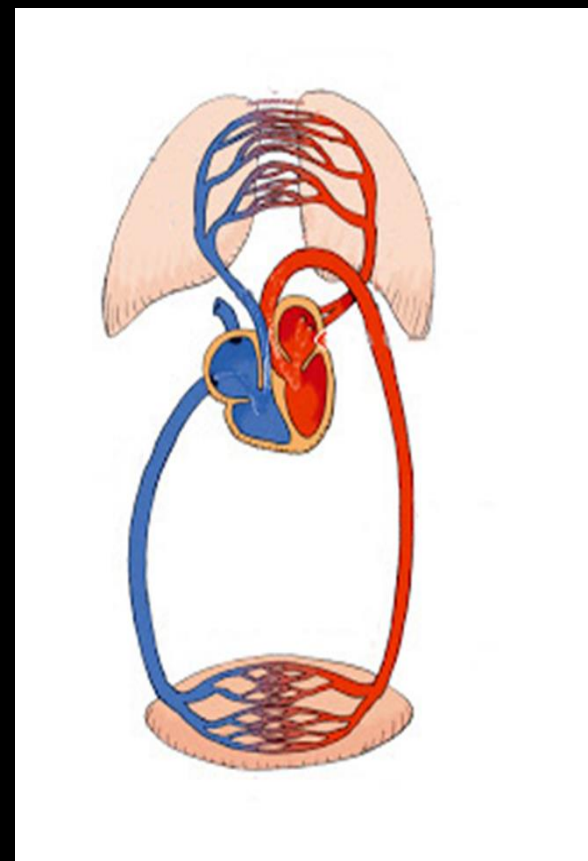
**REMONTER
DESSOUS !!!**

- Objectif
- Condition d'accès
- Réglementation
- Le matériel
- Les signes
- La pression
- Barotraumatismes
- La flottabilité
- Le lestage
- La désaturation
- Perte de palanquée
- Conclusion

- LA DESATURATION :

- L' AIR RESPIRE EST TRANSPORTÉ PAR LE SANG, DES POUMONS AU CŒUR ET DU CŒUR DANS LE CORPS

- 21 % O² oxygène
- 78 % N² azote
- 1 % Gaz rare
- L'O² est consommé par le corps
- Le N² dissous dans le plasma



POUR LES CALCULS
EN PLONGÉE

80 %

20 %

À RETENIR !

- LA DESATURATION :

À LA REMONTEE, IL FAUT LAISSER LE TEMPS À L'AZOTE DE S'ÉVACUER POUR ÉVITER UNE FORMATION DE BULLES.

ATTENTION

**VITESSE DE
REMONTÉE !!!**

PALIER !!!



- Objectif
 - Condition d'accès
 - Réglementation
 - Le matériel
 - Les signes
 - La pression
- Barotraumatismes**
- La flottabilité
- Le lestage**
- La désaturation
- Perte de palanquée**
- Conclusion

- LA DESATURATION :

- Objectif
 - Condition d'accès
 - Réglementation
 - Le matériel
 - Les signes
 - La pression
- Barotraumatismes
- La flottabilité
- Le lestage
- La désaturation
- Perte de palanquée
- Conclusion

**DES BULLES SE FORMENT
ET PEUVENT
ÊTRE DANGEREUSES POUR L'ORGANISME
CELA PEUT DEVENIR UN
« ACCIDENT DE DECOMPRESSION »
ADD**

D'OÙ LE POSITIONNEMENT SOUS L'EAU

- LA DESATURATION :

LA COURBE DE SÉCURITÉ

PROFONDEUR	TEMPS
10 m	5h 30
12 m	2h 15
15 m	1h 15
20 m	40 '
25 m	20 '
30 m	10 '
35 m	10 '
40 m	5 '
MN 90	

**TEMPS DE PLONGE
SANS PALIER**

**TABLE
Marine
National
1990**

- Objectif
- Condition d'accès
- Réglementation
- Le matériel
- Les signes
- La pression
- Barotraumatismes
- La flottabilité
- Le lestage
- La désaturation
- Perte de palanquée
- Conclusion

**AVEZ-VOUS
DES
QUESTIONS ?**



- LA PERTE DE PALANQUÉE :

EN CAS DE PERTE DE PALANQUÉE SANS INSTRUMENT DE DÉCOMPRESSION

- FAIRE UN TOUR DE 360°

Rechercher sa palanquée

Chercher les bulles d'autres plongeurs

- REMONTER A LA SURFACE EN SUIVANT LES PETITES BULLES



- Objectif
- Condition d'accès
- Réglementation
- Le matériel
- Les signes
- La pression
- Barotraumatismes
- La flottabilité
- Le lestage
- La désaturation
- Perte de palanquée
- Conclusion

- LA PERTE DE PALANQUÉE :

3 SORTES DE BULLES

- LES PETITES BULLES :

Petites et fines

Vitesse de remontée environ 15 m/’

- LES SMARTIES :

Plus grosses, elles remontent en titubant

Mais remontent déjà trop vite

- LES GROS BULLES :

Les grosses bulles remontent beaucoup trop vite

BONNE VITESSE DE
REMONTÉE !!!
SANS INSTRUMENT

PURGER SON GILET

VIDER SON GILET

- Objectif
- Condition d'accès
- Réglementation
- Le matériel
- Les signes
- La pression
- Barotraumatismes
- La flottabilité
- Le lestage
- La désaturation
- Perte de palanquée
- Conclusion

**AVEZ-VOUS
DES
QUESTIONS ?**





**IL EST IMPÉRATIF DE
RESPECTER LES CONSIGNES
du DP et GP**

**RESPECT DES CONSIGNES
=
PLONGÉE SÉCURISÉE**

LA PLONGÉE C'EST LE PIED !!!



L'ESSAYER C'EST L'ADOPTER !!!

**LA THEORIE DU
NIVEAU 1
EST TERMINEE
AVEZ-VOUS
DES
QUESTIONS ?**

