



BREVET PLONGEUR

1* LIFRAS

ISO 24801-1 et 2 du 14/04/2014

Philippe PITTIER
Directeur Technique Fédéral
Louvain-La-Neuve 18/10/2015



PLAN DU COURS:

- Objectif
- Compétences
- Prérrogatives
- Exigence de la formation
- Connaissances théoriques
- Compétences pratiques EAR
- Evaluation
- Compétences pratiques EAO

- Conclusions



Objectif:

**AMENER
LES CANDIDATS 1*
A PLONGER EN EAO
EN 6 à 8 SEANCES**



Compétences du plongeur 1*

Plongeur « encadré » ayant les **compétences** et **l'expérience** requises pour pouvoir plonger en toute sécurité sous la **supervision directe** d'un plongeur 3* LIFRAS minimum (ou un brevet équivalent reconnu par la LIFRAS).



Prérogatives du plongeur 1*

- plonger jusqu'à une profondeur maximale de **15 m** **sous la supervision directe d'un plongeur 3* LIFRAS minimum**
- plonger jusqu'à une profondeur maximale de **20 m** **sous la supervision d'un Assistant Moniteur LIFRAS minimum**
- effectuer des plongées qui permettent un retour direct en surface. (glace, grottes ou palier)
- la plongée sur épaves en mer du Nord n'est pas autorisée.



Notes :

- La palanquée ne peut compter plus de 4 plongeurs 1*, le chef de palanquée devant pouvoir **établir un contact physique avec tous les plongeurs 1* de la palanquée**, à tout moment au cours de la plongée.
- Il est recommandé **d'évoluer** jusqu'à la **profondeur maximale** de manière progressive.



Exigences de la formation

- Pour la théorie : 8 heures de cours recommandé
- Pour la pratique en EAR: 12 heures de cours recommandé
- Pour la pratique en EAO : 5 plongées **minimum**
- Une évaluation des connaissances théoriques et des compétences en EAR
- Une évaluation des compétences pratiques en EAO



Connaissances théoriques: (Voir cours 1*)

- Administration
- Matériel
- Principes physiques
- Décompression
- Organisation
- Accidents et incidents
- Milieu

PRINCIPES DE BASE



Evaluation théorique

La connaissance de la théorie est vérifiée soit par **une évaluation continue** en fin de cours ou d'entraînement, soit lors **d'une interview** en fin de formation théorique

PRINCIPES DE BASE POUR ASSURER SA SECURITE



Evaluation des compétences en EAR

Sans bloc bouteille ou système de stabilisation :

- nager 100 m sans équipement,
- se maintenir en surface pendant 10 minutes, sans équipement et sans se déplacer,
- nager 100 m équipé de palmes, masque, tuba et système de lestage (P.M.T.C.),
- parcourir 10 m d'apnée à l'horizontale P.M.T.C.,
- effectuer 20 secondes d'apnée immobile,
- avoir des notions de secourisme,
- équiper le bloc bouteille et le système de stabilisation,



Avec bloc bouteille équipé d'un système de stabilisation :

- employer les techniques de mise à l'eau et de sortie de l'eau,
- tester son équilibrage,
- parcourir 50 m entre deux eaux,
- utiliser le système de stabilisation,
- parcourir 25 m au tuba,
- parcourir 25 m en surface sur détendeur,
- échange de source d'air,
- vider le masque.



Compétences pratiques en EAO

Les candidats doivent pouvoir démontrer la mise en pratique des compétences acquises en EAR lors de plongées en EAO. **5 Plongées MINIMUM**

- de jour,
- à une profondeur de **15 m maximum**,
- sur un site de plongée permettant, à tout moment, un retour direct en surface.

TOUJOURS EN FORMATION POUR LES 5 PLONGEES



Plongée 2: Moniteur

- Fond de 3 mètres
- 1 vidange de masque
- L'élève retire son détendeur (Garde en main)
- Trois respirations sur le détendeur du moniteur
- Remontée en surface sur le détendeur du moniteur.
(Nouveauté 2014)



Plongée 3 à 5: Assitant Moniteur

- Contrôle du lestage à 3 mètres en fin de plongée
- 50 mètres de palmage au tuba et largage du système de lestage. (Nouveauté 2014)
- S'orienter en surface en utilisant la technique adaptée. (Nouveau 2014)



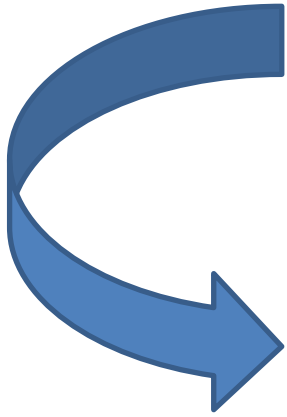
Conclusions:

- 1* = Plongeurs encadrés
- Assurer leur sécurité par l'acquisition des compétences **de BASE**
- 6 à 8 séances si aquacité et compétences sont OK
- 5 Plongées minimum en EAO = Formation 1*

- Compétences acquises = Homologation 1*
- Compétences non acquises = Prolongement formation



SECURITE



FACTEUR

DETERMINANT DE DECISION



AVEZ-VOUS DES QUESTIONS ????

Philippe PITTIER
Directeur Technique Fédéral
0497/488.117
phil090906cath@skynet.be