

## **Présentation du stage « Plongeur Recycleur Diluant Air ».**

### **Généralités :**

Vous ne serez jamais plus de 2 par stage, le plus souvent nous serons même en binôme.

### **Coté administratif :**

Une assurance en responsabilité civile, et un certificat médical de non contre-indication sera nécessaire, avec vos cartes de niveau dès le début du stage.

Généralement du Lundi au Vendredi Midi. Mais peut être adapté sur demande. C'est du sur-mesure.

A L'issue de votre Stage, En cas de réussite, vous pourrez Obtenir une carte de certification dans les écoles suivantes : FFESSM-CMAS ou FSGT-CMAS. Au choix ou les deux si vous le désirez.

Les plongées se feront sur des sites d'explorations classiques. (Epaves, tombant poissonneux, site Photo). Si vous êtes photographe, amenez votre matériel, de façon à faire une partie des plongées avec. C'est aussi bien de se retrouver dans sa configuration de base et habituelle.

La durée des immersions, sera en moyenne de 40 à 90 Minutes, plus si nous en avons envie et la possibilité.

### **Principe de réservation :**

Nous sélectionnons des dates ensemble, Vous nous envoyer un Chèque de validation (du montant que vous voulez), qui ne sera pas encaissé avant le début du stage, afin de bloquer le stage et les dates.

Seul la réception de votre de votre paiement (Virement ou Chèque), bloque la période que vous avez choisie et entérine votre inscription. Un Email de confirmation vous est envoyé systématiquement à réception de celui ci.

### **A Votre service**

**Tel 06 11 11 80 27. Email : [brunogermain@plongee-recycleur-var.fr](mailto:brunogermain@plongee-recycleur-var.fr)**

**Web : <http://www.plongee-recycleur-var.fr>**

**FaceBook : [@plongeerecycleur](#)**

@ Bientôt  
Bruno

## Programme de principe du Stage CCR Submatix Diluant Air Gamme Quantum

### **Jour 1 :**

**Le Matin :** Consacré à l'aspect Administratif (fiche de renseignements, copie des cartes et assurance) et théorie (PpO2 Cst), Distribution des supports pédagogiques, et Qcm. vérification des acquis (Nitrox Confirmé), Montage de votre machine ensemble.

**L'après midi :** nous irons plonger afin de mettre le plus rapidement possible la pratique en lien avec la théorie, afin d'avoir une meilleure compréhension.

Nous avons constaté qu'il était plus facile pour vous de comprendre certains points après avoir au moins fait une plongée. Nous avons donc adapté les programmes de cette année à ce constat.

**Jour 2:** 2 Plongées sur chaque demi journée. orientées sur la prise de sensation, mise au point du lestage , gestion de la ppo2, démonstration des exercices de sécurité, Théorie en fin de journée ou en début d'après midi en fonction de vos possibilités, avec le débriefing de votre plongée.

**Jour 3 :** Exploration le matin sur la zone des 30-40m avec mise en pratique des acquis de la veille et nouveaux objectifs. Théorie orientée sur l'entretien du CCR, sur l'utilisation avancée de l'ordinateur à PPO2 constante.

**Jour 4 :** Exploration le matin sur la zone des 30-40m avec mise en pratique des acquis de la veille et nouveaux objectifs. Exercices l'après midi sur la sécurité, utilisation bail out, dévidoir, procédures de secours, sortie de plongée en mode circuit ouvert avec simulation de Palier a effectuer.

**Jour 5 :** 2 plongées de clôture, exploration. Dont au moins une en totale autonomie (Planification, et exécution avec respect Run Time).

Cout du stage 1190 Euros TTC, y compris chaud et Gaz, ainsi que Bail out et détendeur. Mais sans vos Frais de certification.

Vous n'avez pas besoin d'ordinateur de plongée spécifique pour ce type de stage, le votre ira sans doute très bien.