

PLONGEUR 1 ETOILE

1. CONCEPTION

Brevet d'initiation à la plongée délivré par une école appartenant à un club LIFRAS.

Il pourra être délivré à l'étranger par un moniteur fédéral ou un moniteur national LIFRAS.

2. DEFINITION

Plongeur, capable d'utiliser de façon correcte et en toute sécurité tout le matériel de plongée dans un plan d'eau abrité, et prêt à acquérir de l'expérience en eaux libres avec des compagnons de plongée expérimentés. Il devra avoir effectué cinq plongées en eaux libres.

3. EXIGENCES

Etre âgé de 14 ans au moins.

(statuts LIFRAS) Etre membre d'un club ayant statut d'école et affilié à la LIFRAS.

Etre en possession d'un certificat médical de non-contre-indication à la plongée, valable pour l'année civile en cours.

4. CONDITIONS REQUISES AVANT TOUTE PLONGÉE EN EAUX LIBRES

Avoir acquis la théorie.

Avoir acquis la pratique.

5. CONNAISSANCE DE LA THÉORIE

Administration (qui avec qui ?)

Code de communication

Prévention des accidents mécaniques

Prévention de l'essoufflement

Prévention de l'accident de décompression (ADD)

Tables des plongées unitaires

Matériel individuel

Comportement et sécurité en plongée (binôme)

Notions de réanimation.

La connaissance de la théorie sera vérifiée en évaluation continue ou lors d'une interview selon les cas ou selon les clubs, en fonction des convenances de chacun.

6. PRATIQUE

Evaluation continue en toutes eaux claires (profondeur maximale 5 m)

Définition «Eaux Claires» : eaux dans lesquelles la visibilité est suffisante pour apercevoir l'ensemble de la palanquée et l'environnement immédiat.

Nager 100 m sans équipement.

100 m PMTC

10 m d'apnée à l'horizontale PMTC

20 secondes d'apnée immobile.

Équipement du bloc.

Combiné : 25 m au tuba avec bloc

25 m sur détendeur

trois passages d'embout

un vidage de masque

Parcourir 50 m sous eau en scaphandre.

Gilet : épreuve de stabilisation à l'insufflateur (ou à l'embout buccal), sans utilisation de la petite bouteille.

Se stabiliser trois fois de suite entre deux eaux.

7. HOMOLOGATION

Avoir effectué cinq plongées à 15 m maximum, obligatoirement accompagné par un plongeur **** ou par un moniteur (ou par un plongeur étranger à la FEBRAS détenteur du plus haut brevet de plongeur délivré par sa propre fédération, si celle-ci est membre de la CMAS).

Au cours de ces cinq plongées une attention particulière sera portée au contrôle du lestage.

8. LIMITATION

Après avoir obtenu la première étoile, le plongeur sera autorisé à plonger jusqu'à 20 m.

Toutefois, il sera obligatoirement accompagné lors des quinze premières plongées depuis l'obtention de la première étoile : par un moniteur ou par un plongeur **** (ou par un plongeur étranger à la FEBRAS détenteur du plus haut brevet de plongeur délivré par sa propre fédération, membre de la CMAS), ensuite, au minimum par un plongeur ***