

FFESSM – PADI/SSI

Niveau 1 – Open Water Diver

Un loisir, plusieurs visions

CMAS (Confédération Mondiale des Activités Subaquatiques)



FFESSM (Fédération Française d'Etudes et de Sports Sous-Marins)



FSGT (Fédération Sportive et Gymnique du Travail)



RSTC (Recreational Scuba Training Council)



PADI (Professional Association of Diving Instructors)

SSI (Scuba School International) + TDI



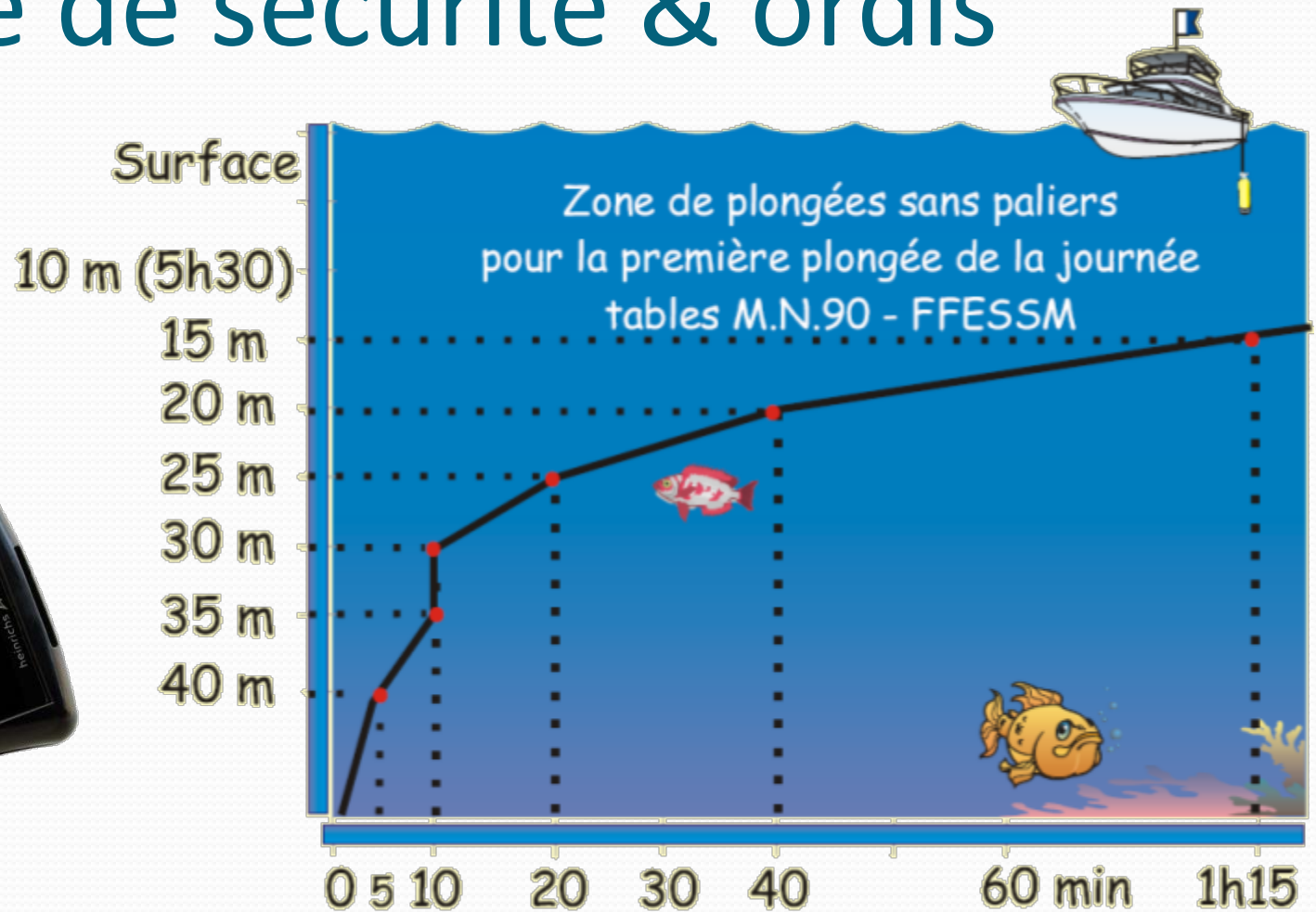
Différentes visions

- Plongées à l'air sans paliers
- Signes de communication différents
- Plongées en binômes (dive buddies)
- Certificat médical non obligatoire

Rappel sur la désaturation

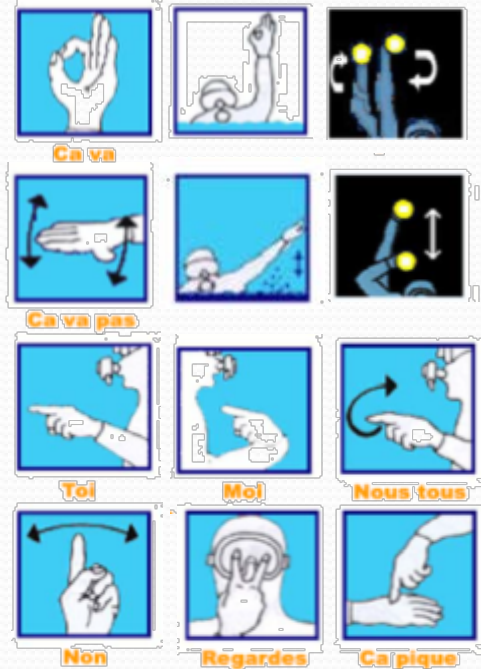
- En plongée, le corps se charge en azote en fonction du temps et de la profondeur ;
- A la remontée, le corps se décharge de l'azote (nécessité éventuelle de paliers) ;
- La courbe de sécurité : lien entre le temps et la profondeur où l'on n'a pas de palier à faire.

Courbe de sécurité & ordiis

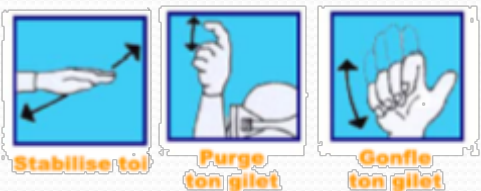


Signes de communication

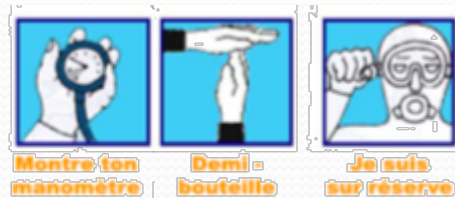
- Généraux



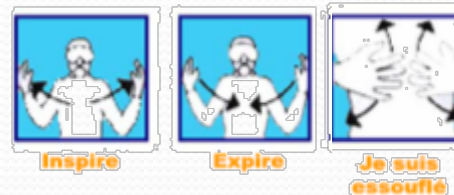
- Stabilisation



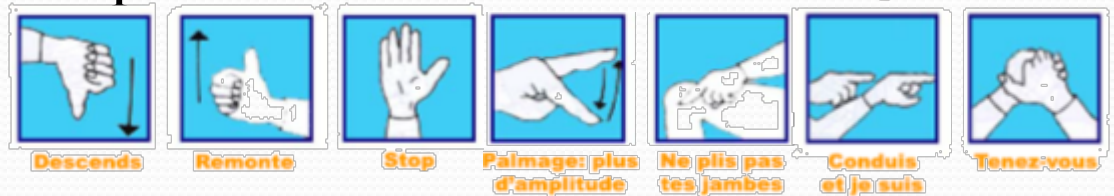
- Gestion de l'air



- Ventilation



- Déplacement



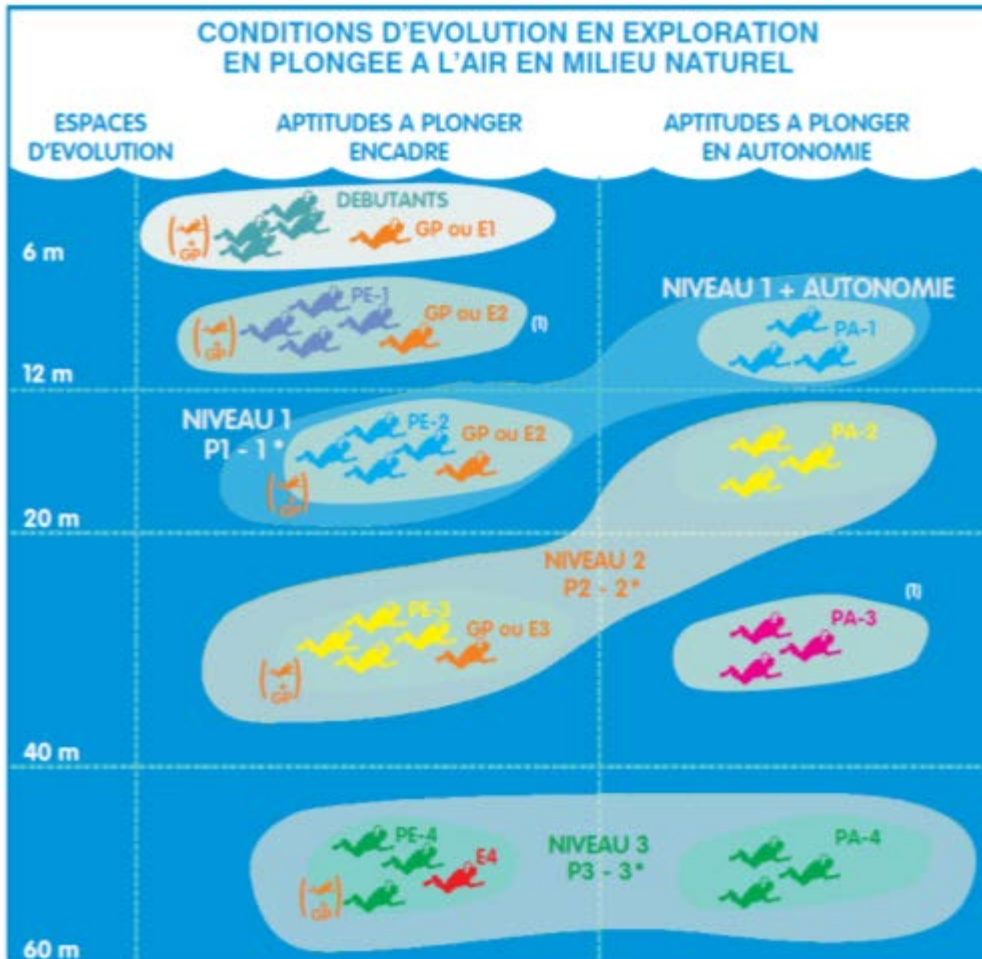
- Prévention



Les Dives Buddies

- N'existent plus en tant que tel:
 - Plongée sous la responsabilité d'un niveau 4 appelé guide de palanquée
 - En cas de souci, faire le relais jusqu'au guide de palanquée.
 - Cependant, il faut jeter un œil sur les autres membres de sa palanquée.

Papiers s'il vous plaît



- Pour plonger, il faut
 - Licence **Ok 15 mois max**
 - Carte de niveau **Ok à vie**
 - Certificat médical **Ok 1 an max**
- Carnet de plongée:
 - Pour les souvenirs
 - Pour le DP (si pas de carte de niveau)