



## FORMATION NIVEAU 2 2011 - 2012

Cette formation s'adresse à des plongeurs déjà Niveau 1 (ou équivalent) ayant un minimum d'expérience. Elle vous amène à pouvoir plonger encadrés jusque dans la zone des 40 mètres, et de manière autonome dans la zone des 20 mètres.

La formation proposée permettra notamment aux plongeurs :

- de perfectionner leur aquaticité et leur technique individuelle,
- d'appréhender les notions d'autonomie et d'assistance
- d'apprendre à préparer leur plongée et d'apprendre à utiliser les différents moyens de décompression,
- de prévenir et réagir aux accidents liés à l'activité,
- de choisir et entretenir leur matériel,
- de connaître et d'appliquer la réglementation en vigueur.

Pour arriver à cela, la préparation au Niveau 2 comprend 3 aspects :

### **Un apprentissage pratique en piscine**

Tous les **MARDI** soir de 20h30 précise à 22h00, jusqu'au mois de Mai pour la nage avec palmes  
Tous les **JEUDI** soir de 19h30 précise à 21h00, jusqu'au mois de Mai pour le travail avec scaphandre

### **Des cours théoriques en salle** (de mi-octobre à avril)

Environ une dizaine de cours d'une durée de 1h30 chacun (Le Mardi à 19h00).

### **Un apprentissage pratique en milieu naturel (mer et lac) et artificiel (fosse de 20 mètres) :**

- Jeudi 13 octobre 2011 fin d'après-midi (Fosse Meyzieu)
- samedi 15 octobre 2011 et samedi 5 novembre 2011 (Lac – Chamagnieu)
- Week-end du vendredi 11 au dimanche 13 Novembre (mer) (date à confirmer)
- Week-end du 3/4 mars 2012 (Mer) - Week-end du 7/8/9 avril 2012 (Cavalaire)(1 Week-end de présence minimum obligatoire sur les 2)
- 1 Fosse par mois janvier à Avril (Fosse Meyzieu)
- Stage final Niolon du 5 au 8 mai 2012 (présence obligatoire)

(dates et lieux à confirmer)

### **ATTENTION: il est obligatoire d'être présent à ces sorties pour obtenir le Niveau 2.**

Votre formation implique la mobilisation de bénévoles et d'importants moyens matériels du club. Il vous est donc demandé d'être particulièrement motivé et assidu.

Prenez le temps de réfléchir avant de vous engager.

### Quelques coûts approximatifs :

Adhésion au club + licence :	170 €
Assurance complémentaire (obligatoire) :	18 € à 50 €
Certificat médical :	40 à 80€
Location combinaison 1 WE (hors club) :	15 à 20 €
Location scaphandre 1 WE (club) :	5 €
Sortie Lac :	10 €
Sortie Fosse Meyzieu :	10 €
Sortie mer (transport, plongées et hébergement) :	100 à 120€/j +transport
Stage final Niolon (plongées et hébergement) :	environ 460 € +transport