



abcdive972@gmail.com
+596 6 96 71 55 44

A Better COOL DIVE

STAGE NIVEAU 3 FFESSM / PLONGEUR CMAS 3*

POUR QUI ?

Tout plongeur majeur ayant déjà un niveau 2 (ANMP, FFESSM, FSGT etc.), ou pouvant démontrer, lors d'une évaluation, les mêmes compétences.

Il existe aussi une passerelle pour les PADI RESCUE DIVERS titulaires de la spécialité « plongée profonde ».

POUR QUOI FAIRE ?

En France, plonger dans 60m, avec 1 ou 2 autres personnes de niveau au moins égal.

Pouvoir organiser la sortie sans Directeur de Plongée sur autorisation du Président de Club (prof max 40m).

A l'étranger, ces prérogatives peuvent être différentes, en fonction de la réglementation locale (prévoir une double carte PADI Deep Diver).

QUEL DOCUMENT OBTIENDRAI-JE, QUAND J'AURAI REUSSI MA FORMATION ?

Une carte double face : Niveau 3 FFESSM / Plongeur CMAS 3 *
Vous la recevrez chez vous, dans les 10 jours qui suivent la validation.

QUE VAIS-JE APPRENDRE ?

- 1- Matelotage, gestion des éléments nécessaires à la sortie entre autonomes
- 2- Descente « dans le bleu », sur 40 m
- 3- Stabilisation au gilet et PB, VDM, LRE à 40m
- 4- Remontée gilet de 40m avec contrôle de la vitesse, stop entre 5 et 3m, TH stabilisé
- 5- Interprétation de signes à 40m, analyse de situations; remontée assistée d'un collègue en difficulté en contrôlant la vitesse, le stop palier, le TH
- 6- Gestion du parachute au palier, avec paliers à diverses profondeurs
- 7- **Et surtout : planification de plongées à décompression càd communication, orientation, gestion des paramètres de plongée en autonomie au-delà des 20m (durée, profondeur, profil, procédures de décompression et consommation)**

LEXIQUE :

DS : direct-system (flexible permettant de gonfler le gilet)

LRE : lâcher et reprise embout (détendeur)

Octopus : détendeur de secours

PB : poumon-ballast

TH : tour d'horizon

VDM : vidage de masque

STAGE NIVEAU 3 :

- 1- 10 plongées, à votre rythme, en sachant que vous progresserez plus facilement si vous enchaînez les séances et qu'il est plus logique de plonger sur 40m le matin. Il arrive parfois qu'un stagiaire ait besoin de séances supplémentaires.
- 2- Bloc gonflé et lest compris dans le montant du stage
Vous pouvez louer et/ou acheter le reste de l'équipement sur place
- 3- Licence FFESSM pour la délivrance des brevets correspondants ; elle vous sert également d'assurance « responsabilité civile », voire plus si vous optez pour des garanties supérieures.
Vous pouvez la prendre sur place.
- 4- Certificat médical de moins de un an ; il peut être délivré par le médecin de famille.
- 5- RIFAP à valider (formation complémentaire : Réaction et Intervention face à un Accident de Plongée) D'autres brevets sont équivalents, pour tout ou partie.

ET POUR LA THEORIE ?

Vous travaillez à votre rythme.

Il vous faut acquérir certaines connaissances pour réussir le test théorique : elles sont rassemblées dans plusieurs sortes de manuel, cassette, DVD...à votre convenance.

Relevez les points à expliquer : vous en parlerez avec nos moniteurs.

Quand vous êtes prêt, vous faites le test : il correspond à des situations réelles et nous vous préparons pour le réussir à 100 % !

ET APRES MON N3 ?

Nitrox simple puis confirmé pour des déco plus sécu et/ou réduire les temps de palier.

Le Deep Diver PADI, pour être autonome partout (on peut même l'intégrer au stage N3) !

Et pourquoi pas... le N4 ?!!!

Vous passerez alors de l'autre côté du miroir...