



# PLONGEUR CMAS P1\*

## 1.1 Définition

Plongeur « encadré » ayant les compétences et l'expérience requises pour pouvoir plonger en toute sécurité sous la supervision directe d'un plongeur 3\* LIFRAS minimum (ou un brevet équivalent reconnu par la LIFRAS).

Chaque brevet est « à vie » (sauf faute grave comme pour le permis de conduire) donc après un arrêt même de plusieurs années, le plongeur retrouve son brevet de plongeur le plus élevé.

## 1.2 Pré requis à la formation

- Etre âgé de 14 ans au moins. Si le plongeur n'est pas majeur, le consentement écrit des parents ou du tuteur légal est obligatoire.
- Etre membre d'un club affilié à la LIFRAS ayant statut d'école tel que les Diodons
- Etre en possession d'un certificat médical de non contre-indication à la plongée, valable pour l'année civile en cours avant de débiter les cours théoriques et pratiques.

## 1.3 Formation

Après avoir acquis la théorie et la pratique piscine, le plongeur non homologué effectuera minimum 5 plongées en tous lieux (piscine pas acceptée) à 15 m maximum. Le plongeur non homologué est obligatoirement accompagné par un Moniteur LIFRAS lors des 2 premières plongées avec contrôle des compétences et par un assistant moniteur LIFRAS pour les 3 suivantes.

Les cours théoriques sont généralement donnés en mars et en septembre.

La pratique piscine peut être commencée avant sous réserve du paiement du package

Nous conseillons de faire les 5 plongées lorsque la température de l'eau est supérieure à 12°C. (☺)

## 1.4 Prérogatives

Les plongeurs 1\* sont autorisés à plonger dans les limites des paramètres suivants:

- Plonger jusqu'à une profondeur maximale de 15 m sous la supervision directe d'un plongeur 3\* LIFRAS minimum et jusqu'à une profondeur maximale de 20 m sous la supervision d'un Assistant Moniteur LIFRAS minimum (ou ayant un brevet équivalent reconnu par la LIFRAS)
- Effectuer des plongées qui permettent un retour direct en surface. (pas de palier, ni sous glace)
- S'inscrire à des formations complémentaires : nitrox, costume étanche, secourisme,....

## 1.5 Cout du brevet (prix 2013, sous réserve d'augmentation)

Package Homologation+ kit (cours-carte de préparation-carnet) à 100€ à payer sur le compte du club.

+ matériel de plongée piscine (palme, masque, tuba, ceinture) et de carrière (palme, masque, tuba, ceinture, combinaison, chausson, gants...).

Prêt gratuit des détendeurs, bouteille, jacket et gonflage des bouteilles lors des sorties club.

Plus de 40 sorties club par an.

## 1.6 Avantage de la cotisation

- La cotisation comprend 4 assurances (corporelle, responsabilité civile, assistance voyage, juridique) qui couvrent le plongeur lors de la pratique de la plongée dans le monde entier.
- Le bénéfice d'un entraînement pratique (piscine et sites naturels) et d'un enseignement théorique donné bénévolement par des moniteurs Adeps.
- Le prêt du gros matériel (bouteille, détendeur et gilet de sécurité) durant l'entraînement et les sorties extérieures en sites naturels.
- Le brevet est reconnu internationalement et satisfaisant aux normes européennes (Plongeur Encadré NBN EN 14153-1)

Sites internet :

Notre club : [www.diodons.be](http://www.diodons.be). (agenda, contacts, sites de plongée et divers documents,

La LIFRAS est la ligue Francophone de recherche et d'activité sous-marine, elle est membre de la CMAS confédération mondiale des activités subaquatiques. Site [www.lifras.be](http://www.lifras.be)

Et sur le site [www.cfip-plongee.be](http://www.cfip-plongee.be) dans la bibliothèque, les standards complets du plongeur 1\* et les recueils des épreuves. Info carrières.