

# PLONGÉE





# LES COURS

## PLONGÉE

PE-12 / PE-20 / Explo

Formation PE-12 & PE-20  
Exploration Tous Niveaux



Du mardi au vendredi  
Selon planning, sur réservation



MICHEL

ERIC



DAVID





O C É A N  
I N D I E N



# LE PORT



A satellite map of a coastal town, likely in Mauritius, showing a harbor and surrounding urban areas. A red circle highlights a specific area in the harbor. Two large white arrows with black outlines point towards the north and south. The text 'VERS LE NORD' is written inside the north-pointing arrow, and 'VERS LE SUD' is written inside the south-pointing arrow. Labels on the map include 'Industry' at the top left, 'Le Port' in the center, and 'Rue Mahatma Gandhi' at the bottom right. Road markers for N4, N1001, and N1 are visible. The Google logo is at the bottom center.

VERS LE NORD

VERS LE SUD

Industry

Le Port

Google

Rue Mahatma Gandhi



### Base Nautique des Mascareignes

5,0 ★★★★★ - 4 avis

Itinéraires

Université

- ★ ENREGISTRER
- 📍 RECHERCHER À PROXIMITÉ
- 📱 ENVOYER VERS VOTRE TÉLÉPHONE
- 🔗 PARTAGER

- 📍 Rue Amiral Bosse, Réunion
- ☎ +262 262 55 18 35
- 🏷 Revendiquer cet établissement
- ✎ Suggérer une modification
- 📄 Ajouter un libellé

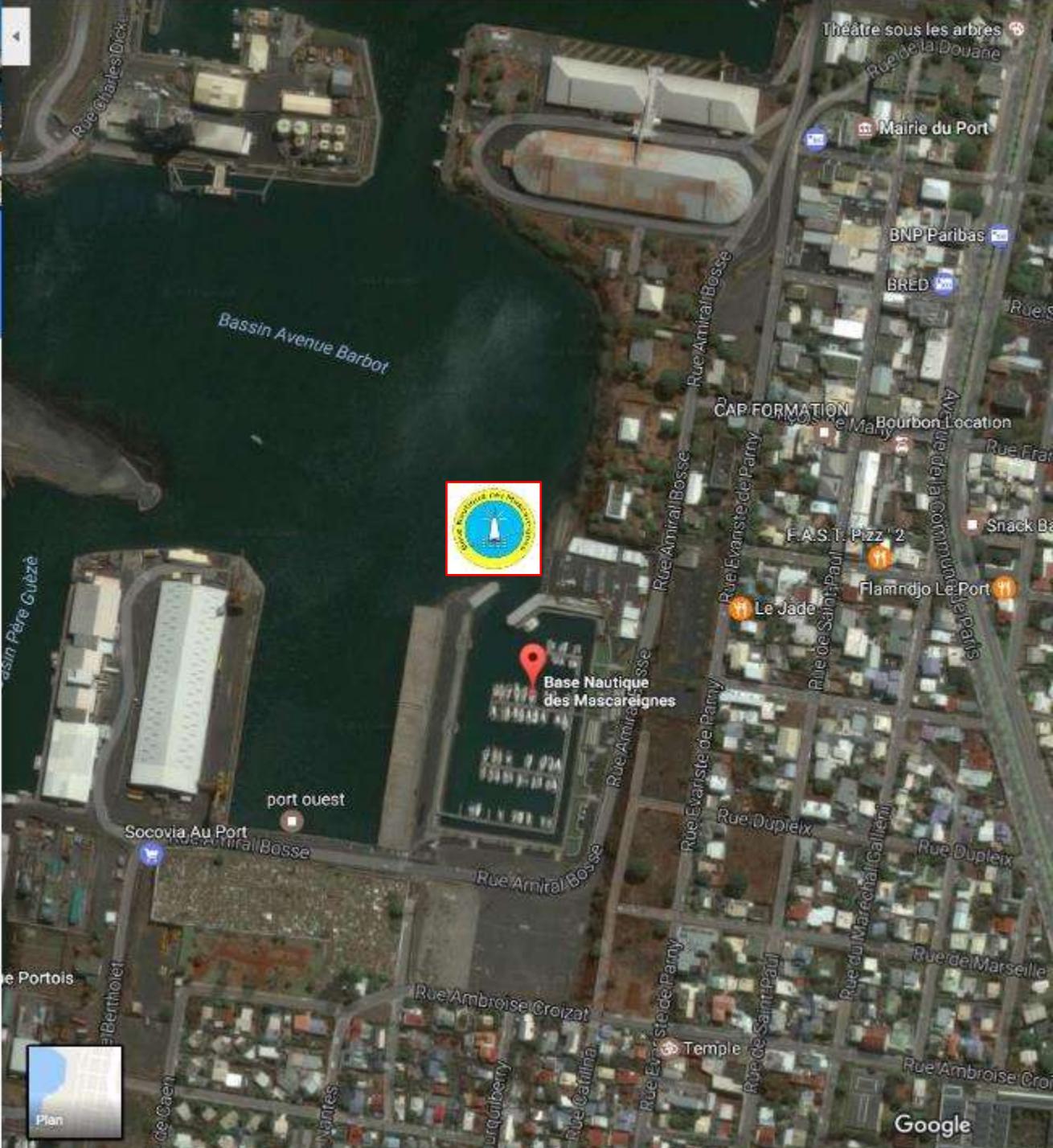
#### Ajouter des informations manquantes

- 🌐 Ajouter un site Web



📷 Ajouter une photo

#### Résumé des avis



**PORT DE PLAISANCE**

**PORT MILITAIRE**

**HANGAR 72 /70**



**STATION  
Pôle  
d'Echange**

# PETIT MEMENTO DES PRINCIPAUX NIVEAUX EN PLONGEE

Cet aperçu des niveaux, des qualifications et des aptitudes en plongée n'est pas exhaustif et a pour seule fonction de vous aider à vous repérer dans les principaux cursus de plongée.

Version 2 au 28/08/2017  
BNM / Grand Air  
M. ARBOIREAU

	Être encadré par un guide	Être autonome sans Guide	Encadrer Guider des plongeurs	Enseigner Former des plongeurs
12 m	<b>PE-12</b>  <b>Scuba Diver</b> 	<b>PA-12</b> 	En France, seuls les niveaux d'encadrement et d'enseignement français sont reconnus et il faut disposer d'un diplôme d'Etat (BEES, BPJEPS, DEJEPS, DESJEP) pour enseigner la plongée contre rémunération.	<b>Initiateur Fédéral E1</b> (Plongeur N2 min.) 
20 m	<b>OPEN WATER DIVER</b>  <b>PE-20</b>  <b>NIVEAU 1</b>  Plongeur ★	<b>PA-20</b> 		<b>BPJEPS Initiateur E2</b> (Plongeur N4 min.) 
30 m	<b>ADVANCED DIVER</b>  <b>RESCUE DIVER</b> 	<b>PA-20 + PE-40</b>  <b>NIVEAU 2</b>  Plongeur ★★	<b>Dive Master</b>  <b>BPJEPS Niveau 4</b> 	<b>Instructeur OWSI</b>  <b>BEES 1/DEJESP MF1 E3</b> 
40 m	<b>PE-40</b> 			
60 m	<b>PE-60</b> 	<b>PA-60</b>  <b>NIVEAU 3</b>  Plongeur ★★★	<b>BEES 2/DEJESP*/DESJEP MF2 E4</b> 	

DEJEPS \* avec Certificat Complémentaire « Plongée profonde et tutorat »



La Confédération Mondiale des Activités Subaquatiques (CMAS) née à Monaco en 1959, sous la Présidence du Commandant J. Y. Cousteau, regroupe les fédérations et les associations ou organismes nationaux qui œuvrent dans le domaine de la plongée et gèrent les activités subaquatiques sportives connexes.  
 La CMAS est reconnue comme Organisation Non Gouvernementale par l'UNESCO (United Nations Educational Scientific and Cultural Organisation), et est affiliée à l'UICN (Union Internationale pour la Conservation de la Nature) et au WWF (World Wildlife Fund).  
 Les niveaux délivrés par les fédérations en France sont adossés aux niveaux CMAS et donnent souvent la possibilité de disposer d'une double certification (FFESSM/ CMAS ou FSGT/CMAS).

Le World Recreational Scuba Training Council (WRSTC) fondé en 1999, dédié à la création de normes minimales de formation en plongée récréative pour les différentes agences de certification de plongée sous-marine à travers le monde, la Confédération Mondiale des Activités Subaquatiques (CMAS), le National Association of Underwater Instructors (NAUI) et l'International Association of Nitrox and Technical Divers (IANTD) ne sont pas associés au WRSTC, qui regroupe particulièrement PADI - Professional Association of Diving Instructors, SDI - Scuba Diving International et SSI - Scuba Schools International.

# Encadrement & Enseignement

**Baptême  
Première immersion**

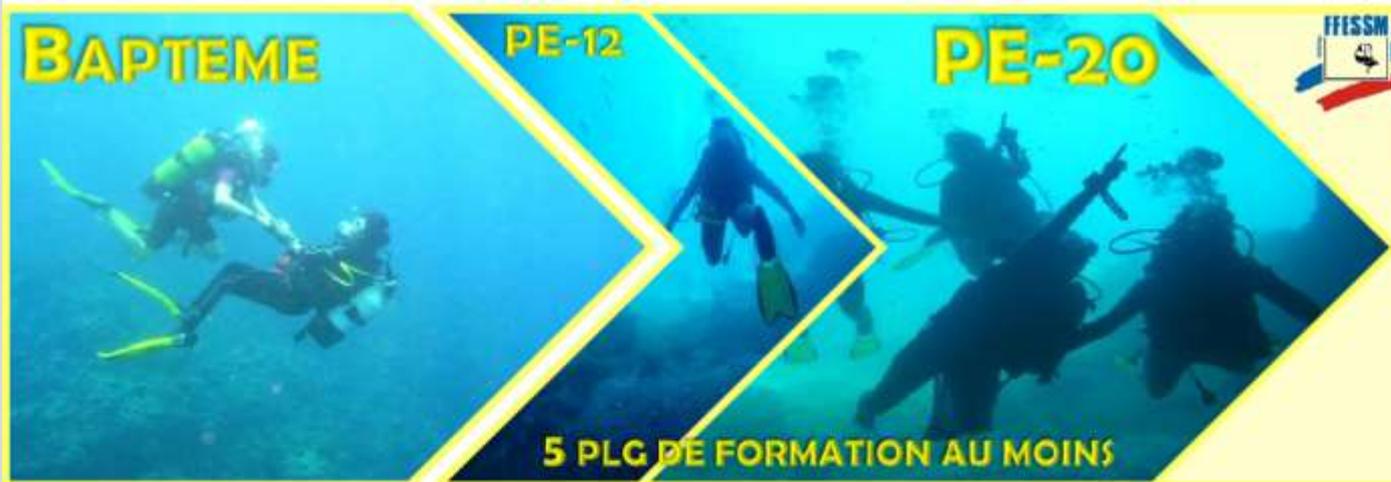
**Plongeur Encadré  
12 m (PE12)**

**Niveau 1  
Plongeur Encadré  
20 m (PE20)**

**Exploration  
Tous niveaux**



**BAPTEME** **PE-12** **PE-20**



**5 PLG DE FORMATION AU MOINS**

**NIVEAU 1**

FFESM  
ANMP  
Association nationale des instructeurs de plongée

**SUPERVISED DIVER**

CMAS  
CONFÉDÉRATION INTERNATIONALE DE PLONGÉE AUTONOME  
SINCE 1959

**PLONGEUR 1 ÉTOILE**

**EXPERIENCE**

**PLONGEES D'EXPLORATION ENCADREES**

N.-B. : LE NOMBRE TOTAL DE PLONGEES NECESSAIRE A LA POURSUITE DE LA FORMATION N'EST PAS FORMELLEMENT DEFINI ET IL EST LAISSE A L'APPRECIATION DES MONITEURS. L'EXPERIENCE DOIT ETRE SIGNIFICATIVE ET/OU LES COMPETENCES ATTENDUES EN FIN DE FORMATION PARFAITEMENT MAITRISEES.

TOUTEFOIS LE NOMBRE TOTAL DE PLONGEES CERTIFIEES NE POURRA ETRE INFERIEUR A

**20 PLONGEES POUR L'OBTENTION DU NIVEAU 2.**

**PA-20** **PE-40**



**4 PLG DE FORMATION MIN.** **4 PLG DE FORMATION MIN.**

**NIVEAU 2**

FFESM  
ANMP  
Association nationale des instructeurs de plongée

**AUTONOMOUS DIVER TO 20 M**  
**SUPERVISED DIVER TO 40 M**

CMAS  
CONFÉDÉRATION INTERNATIONALE DE PLONGÉE AUTONOME  
SINCE 1959

**PLONGEUR 2 ÉTOILES**

**BAPTEME** PE-12 PE-20

**SEMESTRE 1** **SEMESTRE 2**

5 PLG DE FORMATION AU MOINS

FFESM  
FSCT  
ANMP  
Association nationale  
des instructeurs de plongée

**NIVEAU 1**

**SUPERVISED DIVER**

CMAS  
CONFÉDÉRATION INTERNATIONALE  
DES MONITEURS DE PLONGÉE

**PLONGEUR 1 ÉTOILE**

**EXPERIENCE**

**PLONGEES D'EXPLORATION ENCADREES**

**SEMESTRE 3 ...**

N.-B. : LE NOMBRE TOTAL DE PLONGEES NECESSAIRE A LA POURSUITE DE LA FORMATION N'EST PAS FORMELLEMENT DEFINI ET IL EST LAISSE A L'APPRECIATION DES MONITEURS. L'EXPERIENCE DOIT ETRE SIGNIFICATIVE ET/OU LES COMPETENCES ATTENDUES EN FIN DE FORMATION PARFAITEMENT MAITRISEES. TOUTEFOIS LE NOMBRE TOTAL DE PLONGEES CERTIFIEES NE POURRA ETRE INFERIEUR A

**20 PLONGEES POUR L'OBTENTION DU NIVEAU 2.**

**PA-20** PE-40

**SEMESTRE 1** **SEMESTRE 2**

4 PLG DE FORMATION MIN. 4 PLG DE FORMATION MIN.

FFESM  
FSCT  
ANMP  
Association nationale  
des instructeurs de plongée

**NIVEAU 2**

**AUTONOMOUS DIVER TO 20 M**  
**SUPERVISED DIVER TO 40 M**

CMAS  
CONFÉDÉRATION INTERNATIONALE  
DES MONITEURS DE PLONGÉE

**PLONGEUR 2 ÉTOILES**

BAPTEME

PE-12

PE-20



NIVEAU 1



SUPERVISED DIVER



PLONGEUR 1 ETOILE

SEMESTRE 1

SEMESTRE 2

5 PLG DE FORMATION AU MOINS

EXPERIENCE

PLONGEES D'EXPLORATION ENCADREES

SEMESTRE 3 ...

N.-B. : LE NOMBRE TOTAL DE PLONGEES NECESSAIRE A LA POURSUITE DE LA FORMATION N'EST PAS FORMELLEMENT DEFINI ET IL EST LAISSE A L'APPRECIATION DES MONITEURS. L'EXPERIENCE DOIT ETRE SIGNIFICATIVE ET/OU LES COMPETENCES ATTENDUES EN FIN DE FORMATION PARFAITEMENT MAITRISEES.

TOUTEFOIS LE NOMBRE TOTAL DE PLONGEES CERTIFIEES NE POURRA ETRE INFERIEUR A

20 PLONGEES POUR L'OBTENTION DU NIVEAU 2.

PA-20

DE 40

FFESSM

NIVEAU 2



ONOMOUS DIVER TO 20 M  
SUPERVISED DIVER TO 40 M



PLONGEUR 2 ETOILES



4 PLG DE FORMATION MIN.

4 PLG DE FORMATION MIN.

**BAPTEME** PE-12 PE-20

# SEMESTRE 1

5 PLG DE FORMATION AU MOINS

FFSSM  
ANMP  
ASSOCIATION NATIONALE  
des instructeurs de plongée

**NIVEAU 1**

**SUPERVISED DIVER**

CMAS  
CONFÉDÉRATION INTERNATIONALE  
des plongeurs professionnels

**PLONGEUR 1 ETOILE**

**EXPERIENCE**

**PLONGEES D'EXPLORATION ENCADREES**

**Pendant le semestre 1  
Ou pendant les vacances**

N.-B. : LE NOMBRE TOTAL DE PLONGEES NECESSAIRE A LA POURSUITE DE LA FORMATION N'EST PAS FORMELLEMENT DEFINI ET IL EST LAISSE A L'APPRECIATION DES MONITEURS. L'EXPERIENCE DOIT ETRE SIGNIFICATIVE ET/OU LES COMPETENCES ATTENDUES EN FIN DE FORMATION PARFAITEMENT MAITRISEES. TOUTEFOIS LE NOMBRE TOTAL DE PLONGEES CERTIFIEES NE POURRA ETRE INFERIEUR A

**20 PLONGEES POUR L'OBTENTION DU NIVEAU 2.**

PA-20 DE 40

4 PLG DE FORMATION MIN. 4 PLG DE FORMATION MIN.

Association Grand AIR

Base Nautique des Mascareignes

FFSSM

NMP

**NIVEAU 2**

**INDEPENDENT DIVER TO 20 M  
SUPERVISED DIVER TO 40 M**

CMAS

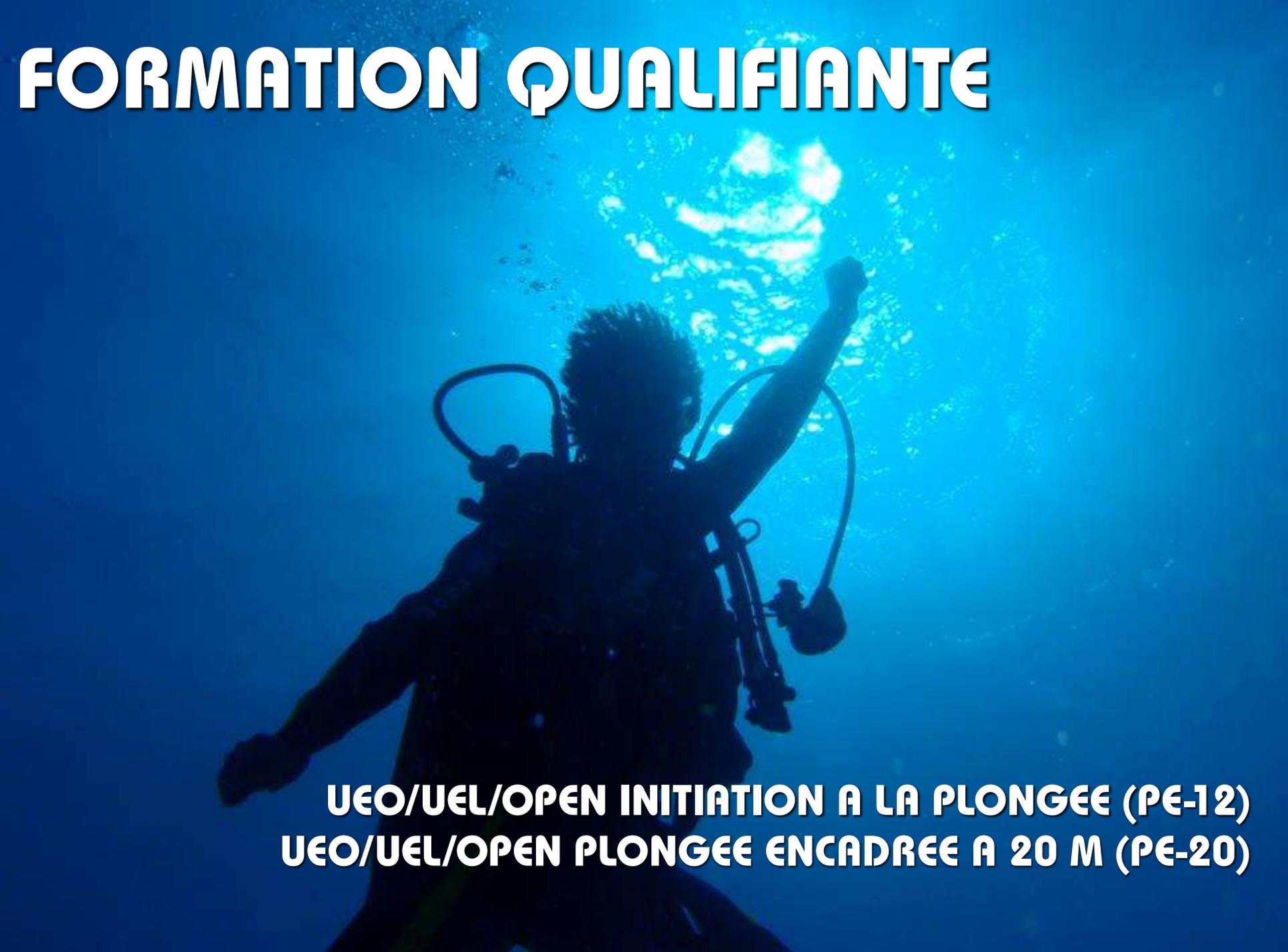
**PLONGEUR 2 ETOILES**

# FORMATION PERSONNELLE

A silhouette of a diver is centered in the frame, set against a bright, sunlit underwater background. The diver is wearing a wetsuit and has scuba gear visible on their back. Both hands are raised, making the 'OK' hand signal (thumb and index finger forming a circle, with the other three fingers extended). The water is clear and blue, with light rays and bubbles visible around the diver.

**FORMATION PE-12 / PE-20  
EXPLORATION TOUS NIVEAUX**

# FORMATION QUALIFIANTE

A diver is shown in silhouette against a bright blue background. The diver is wearing a scuba tank and has one arm raised. Above the diver, a bright light source, likely the sun, is visible through the water surface, creating a shimmering effect. The overall scene is underwater.

**UEO/UEL/OPEN INITIATION A LA PLONGEE (PE-12)**  
**UEO/UEL/OPEN PLONGEE ENCADREE A 20 M (PE-20)**



**LA FORMATION**

# PLONGEE UEO / UEL 1

INITIATION A LA PLONGEE (PE-12)  
MARDI – MERCREDI – JEUDI – VENDREDI

# UEO / UEL 1



Baptême  
Première immersion

Plongeur Encadré  
12 m (PE-12)

**EN SEMAINE**

**Du mardi au vendredi**

# FORMATION EN PISCINE

---

1 SEANCE OBLIGATOIRE EN  
PISCINE (DEBUTANT ET NOUVEL INSCRIT)



Lundi- Mardi – Mercredi - Jeudi – Vend - Sam  
selon planning

# INITIATION EN PISCINE

**OBLIGATOIRE**

Pour les primo arrivants

## PISCINE DE L'INSPE

**Du Sam 17/09 au Sam 01/10**

**LE MATIN OU L'APRES-MIDI**

**Ligne Bus N° 10**

*Clara Fontenelle*

# **EVALUATION (UEO/ECTS)**

## **PREPARATION DES CERTIFICATS**

**APRES FORMATION PISCINE**

**2 PLONGEES EN MER**

**COURS THEORIQUES**

**EVALUATION DE L'UEO/UEL**

**ET**

**ATTESTATION DE NIVEAU**

☰ SUAPS

PRÉSENTATION

ÉQUIPE

INSCRIPTION

PLANNING

SPORTS DE PLEINE NATURE

CALENDRIER

PLAN D'ACCÈS

NOUS CONTACTER

Présentation des sports de nature

Pagales & eaux vives

Plongée

Voile légère

VAE

VTT



RESTEZ CONNECTÉ

- Twitter
- Facebook
- Chaîne YouTube
- Flux RSS

<https://suaps.univ-reunion.fr/suaps/sports-de-pleine-nature>

## Présentation des sports de nature

## Pagaies & eaux vives

## Plongée

### Où et quand ?

Formation PE-12 et PE-20 et exploration, tous niveaux : au premier et au second semestre, en semaine du mardi au vendredi, selon planning

Formation et exploration, plongée en autonomie : au premier et au second semestre, le samedi matin, selon planning

Vous devez participer à la réunion de présentation organisée en début de semestre :

#### REUNION DE PRESENTATION DES SPORTS DE NATURE :

#### POUR LE PREMIER SEMESTRE 2021/2022 :

**Campus du Moufia** : Lundi 13 septembre de 18h à 20h30 Amphi Commerson (Fac des sciences)

**Campus du Tampon** : Mardi 14 septembre de 18h à 20h30, Amphi 120 B

#### • Cours Théorique débutant PE12

o Campus Moufia :

Lundi 27 septembre 2021 – 18h00/20h30 à l'amphithéâtre Commerson (Fac des sciences)

o Campus Tampon :

Mardi 28 septembre 2021 - 18h00/20h30, Amphi 120 B

#### • Cours Théorique débutant et Initié (PE12 & PE-20)

o Campus Moufia :

Mardi 2 novembre 2021 - 18h00/20h30 à l'amphithéâtre Commerson (Fac des sciences)



## Réserver une place pour la séance en piscine

### Où est la piscine de l'INSPE (séances en piscine)?

Attention les bouchons ne sont pas qu'une spécialité culinaire à La Réunion et les places de stationnement sont rares aux abords de l'INSPE (le stationnement dans l'INSPE est réservé aux personnels et vous ne pourrez pas rentrer votre véhicule pour le stationner). Prévoyez un délai de route suffisant pour rester zen et bien profiter de votre baptême de plongée et de cette séquence de formation.

### S'inscrire à la séance de piscine au second semestre 2021/2022

Vous pouvez vous inscrire directement sur ce googledoc pour participer à une séance d'initiation en piscine

Attention à ne rien effacer en vous inscrivant et assurez vous que la séance aura bien lieu avant de venir (6 participants minimum)

## Réserver une plongée en mer

### Procédure de réservation d'une plongée en mer\_S2 2021/2022 **A jour au 13/02/2022**

### Lieu de rendez-vous pour la plongée en mer

Attention la BNM est située dans les enceintes portuaires et certains jours ou à certaines heures les portails d'accès aux enceintes portuaires sont fermés et il est nécessaire de passer par le centre-ville du Port pour accéder à la BNM (Rue François de Mahy). Il est vivement conseillé de se munir de son smartphone ou d'imprimer le plan ci-dessus pour se rendre à la BNM.

Prévoyez un délai de route suffisant pour rester zen et bien profiter de votre plongée, le bateau ne vous attendra pas.

### Faire une demande de réservation de plongée en mer

Pour faire une demande de réservation de plongée en mer, vous devez être régulièrement inscrit au cours de plongée et avoir effectué l'initiation en piscine (nouveau plongeur et plongeur débutant) ou avoir déjà été inscrit à la plongée au SUAPS de l'université de La Réunion. Vous devrez ensuite vérifier la prise en compte de votre réservation sur le tableau des réservations et vérifier qu'elle est reportée sans erreur sur le planning de réservation des plongées en mer, ci-dessous.

### Tableau des réservations des plongées en mer

Pour avoir la réponse à votre demande de réservation (48h à 72h de délai nécessaire).

## FORMATION PLONGEE EN PISCINE AU SECOND SEMESTRE 2021/2022

**SI VOUS SOUHAITEZ PARTICIPER A L'INITIATION A LA PLONGEE, VOUS DEVEZ IMPERATIVEMENT VOUS INSCRIRE DANS LE TABLEAU CI-DESSOUS.**

**Merci de ne pas effacer les autres inscriptions.**

**Tous les renseignements utiles sont dans la rubrique activité : plongée (ici : <https://suaps.univ-reunion.fr/suaps/sports>)**

CE TABLEAU EST FAIT POUR VOUS PERMETTRE DE VOUS INSCRIRE AUX SEANCES DE PLONGEE EN PISCINE ORGANISEES PAR L'UEO PLONGEE. VOUS DEVEZ INSCRIRE VOTRE NOM ET VOTRE PRENOM ET VOTRE NUMERO D'ETUDIANT, DANS UNE CASE LIBRE DANS LA COLONNE DE LA SEANCE CONCERNEE. LA PARTICIPATION AUX SEANCES DECOUVERTE EST LIBRE EST GRATUITE.

LES ETUDIANTS SOUHAITANT S'INSCRIRE A L'UEO PLONGEE OU A L'UE LIBRE PLONGEE DOIVENT OBLIGATOIREMENT PARTICIPER A CETTE SEANCE DE FORMATION PRATIQUE ET THEORIQUE DURE 4 HEURES ET TRENTE MINUTES (INITIATION ET PERFECTIONNEMENT).

**ATTENTION CERTAINES SEANCES PEUVENT ETRE ANNULEES SI LE NOMBRE DE PARTICIPANTS N'EST PAS SUFFISANT (< 6 inscrits), VOUS DEVEZ VOUS RECONNECTER A LA PAGE D'INSCRIPTION. AUCUN MESSAGE NE SERA ENVOYE AUX PARTICIPANTS EN CAS D'ANNULATION ET L'ANNULATION PEUT INTERVENIR JUSQU'AU JOUR DE LA SEANCE. UNE SEULE SEANCE NE PEUT AVOIR LIEU PAR JOUR : LORSQUE DEUX SEANCES SONT INSCRITES LE MÊME JOUR AU PLANNING, SEULE LA PREMIERE AURA LIEU.**

CAPACITE	ATTENTION CERTAINES SEANCES PEUVENT ETRE ANNULEES SI LE NOMBRE DE PARTICIPANTS N'EST PAS SUFFISANT (< 6 inscrits), VOUS DEVEZ VOUS RECONNECTER A LA PAGE D'INSCRIPTION. AUCUN MESSAGE NE SERA ENVOYE AUX PARTICIPANTS EN CAS D'ANNULATION ET L'ANNULATION PEUT INTERVENIR JUSQU'AU JOUR DE LA SEANCE. UNE SEULE SEANCE NE PEUT AVOIR LIEU PAR JOUR : LORSQUE DEUX SEANCES SONT INSCRITES LE MÊME JOUR AU PLANNING, SEULE LA PREMIERE AURA LIEU.											
NUMERO	Séance 1	Séance 2	Séance 3	Séance 4	Séance 5	Séance 6	Séance 7	Séance 8	Séance 9	Séance 10	Séance 11	Séance 12
JOUR	MER 16/02	JEU 17/02	VEN 18/02	SAM 19/02	LUN 21/02	LUN 21/02	MAR 22/02	MER 23/02	JEU 24/02	VEN 25/02	VEN 25/02	LUN 28/02
HEURE	13h30 à 18h00	12h30 à 17h00	13h30 à 18h00	8h00 à 12h30	8h30 à 13h00	13h30 à 18h00	13h30 à 18h00	8h30 à 13h00	13h30 à 18h00	8h30 à 13h00	13h00 à 17h30	8h30 à 13h00
MOMENT	APRES-MIDI	APRES-MIDI	APRES-MIDI	MATIN	MATIN	APRES-MIDI	APRES-MIDI	MATIN	APRES-MIDI	MATIN	APRES-MIDI	MATIN
EXEMPLE	ARBOREAU Michel (N'Etudiant)	ARBOREAU Michel (N'Etudiant)	ARBOREAU Michel (N'Etudiant)	ARBOREAU Michel (N'Etudiant)	ARBOREAU Michel (N'Etudiant)	ARBOREAU Michel (N'Etudiant)	ARBOREAU Michel (N'Etudiant)	ARBOREAU Michel (N'Etudiant)	ARBOREAU Michel (N'Etudiant)	ARBOREAU Michel (N'Etudiant)	ARBOREAU Michel (N'Etudiant)	ARBOREAU Michel (N'Etudiant)
PLONGEUR 01												
PLONGEUR 02												
PLONGEUR 03												
PLONGEUR 04												
PLONGEUR 05												
PLONGEUR 06												
PLONGEUR 07												
PLONGEUR 08												
PLONGEUR 09												
PLONGEUR 10												
PLONGEUR 11												
PLONGEUR 12												
PLONGEUR 13												
PLONGEUR 14												

0

CAPACITE	(libre, gratuite et ouverte à tou						
	NUMERO	Séance 1	Séance 2	Séance 3	Séance 4	Séance 5	Séance 6
JOUR	VEN 17/09	SAM 18/09	VEN 24/09	VEN 24/09	SAM 25/09	LUN 27/09	M
DATE	8h30 à 13h00	8h00 à 12h30	8h30 à 13h00	13h30 à 18h00	8h00 à 12h30	8h30 à 13h00	8h
MOMENT	MATIN	MATIN	MATIN	APRES-MIDI	MATIN	MATIN	
EXEMPLE	ARBOIREAU Michel	ARBOIREAU Michel	ARBOIREAU Michel	ARBOIREAU Michel	ARBOIREAU Michel	ARBOIREAU Michel	AR
PLONGEUR 01							
PLONGEUR 02							
PLONGEUR 03							
PLONGEUR 04							
PLONGEUR 05							
PLONGEUR 06							
PLONGEUR 07							
PLONGEUR 08							
PLONGEUR 09							
PLONGEUR 10							
PLONGEUR 11							
PLONGEUR 12							
PLONGEUR 13							
PLONGEUR 14							

# SEANCE PLONGEE

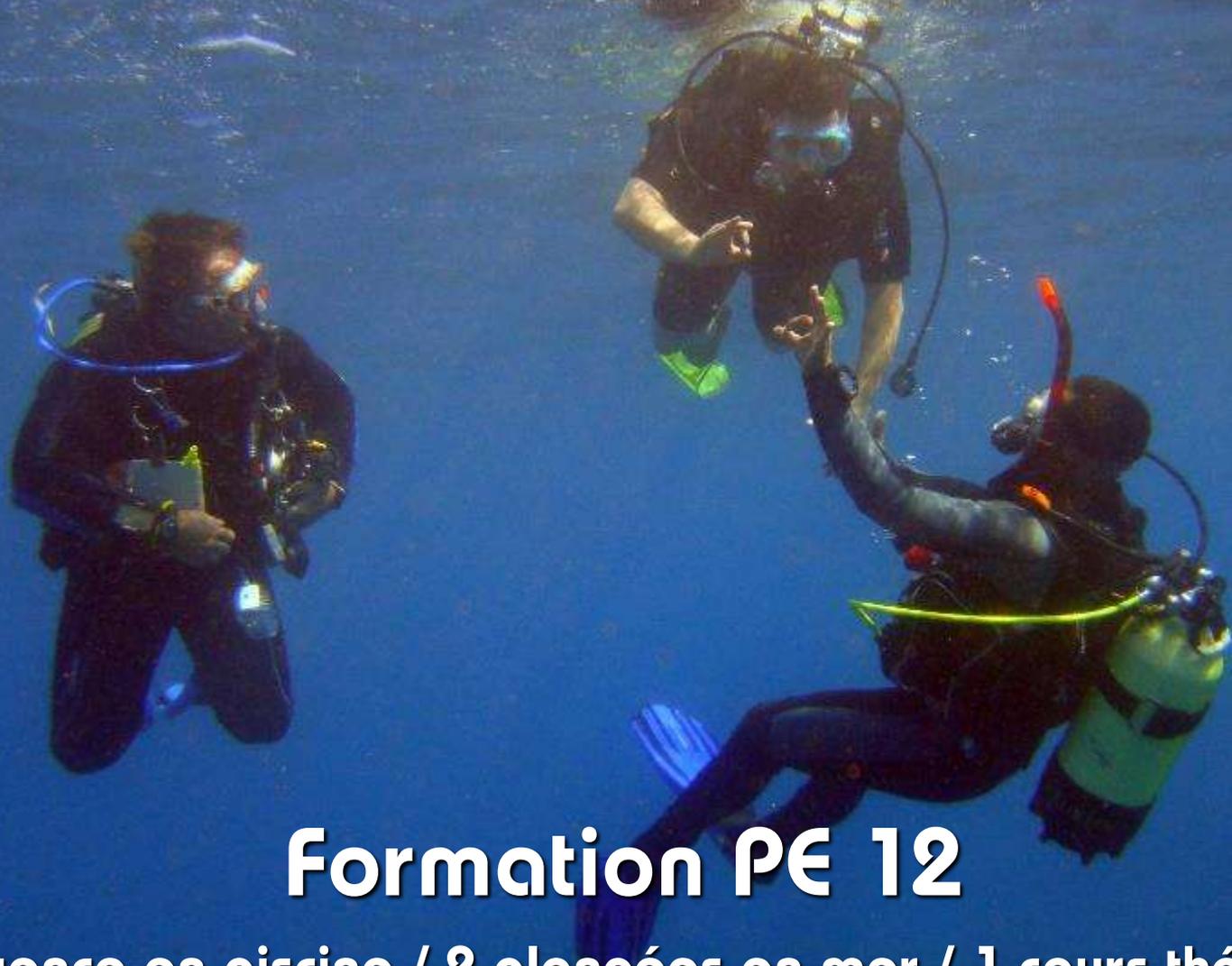
(libre, gratuite et ouverte à tou.te.s, mais obligatoire pour p

CAPACITE								
NUMERO	Séance 1	Séance 2	Séance 3	Séance 4	Séance 5	Séance 6	Séance 7	Séance 8
JOUR	Mer 17/02	Jeu 18/02	Ven 19/02	Sam 20/02	Lun 22/02	Me 24/02	jeu 25/02	jeu 25/02
HEURE	13h30 à 18h00	13h30 à 18h00	13h30 à 18h00	8h00 à 12h30	8h30 à 13h00	13h30 à 18h00	8h30 à 13h00	13h30 à 18h00
MOMENT	APRES-MIDI	APRES-MIDI	APRES-MIDI	MATIN	MATIN	APRES-MIDI	MATIN	APRES-MIDI
EXEMPLE	ARBOIREAU Michel	ARBOIREAU Michel	ARBOIREAU Michel	ARBOIREAU Michel	ARBOIREAU Michel	ARBOIREAU Michel	ARBOIREAU Michel	ARBOIREAU Michel
PLONGEUR 01	Sarah HAFSIA	Luisa TIMM	RENAULT Capucine	HOARAU Quentin	VARO Pierre-louis	Alvise DABALA'	<p><b>SEANCE ANNULEE (TROP PEU DE PARTICIPANTS INSCRITS) :</b></p> <p><b>MERCI DE REPORTER VOS INSCRIPTIONS SUR LES PLACES DISPONIBLES DES AUTRES SEANCES</b></p>	<p><b>SEANCE ANNULEE (TROP PEU DE PARTICIPANTS INSCRITS) :</b></p> <p><b>MERCI DE REPORTER VOS INSCRIPTIONS SUR LES PLACES DISPONIBLES DES AUTRES SEANCES</b></p>
PLONGEUR 02	BALAHACHI Nadal	Joosep SARAPUU	CARPIN Tessa	SALAI Gregory	Tom CONCA GARCIN	Elane LE MOIGNE		
PLONGEUR 03	<p><b>SEANCE ANNULEE (TROP PEU DE PARTICIPANTS INSCRITS) :</b></p> <p><b>MERCI DE REPORTER VOS INSCRIPTIONS SUR LES PLACES DISPONIBLES DES AUTRES SEANCES</b></p>	MARIAPOULE Virayan	Jérémy Pillet	SABABADY Mélanie	Samuel FERRERE	TOCHE elise		
PLONGEUR 04		BALAHACHI Nadal	Johann Neukirch	DABEEDYAL Vikrant	Vladimir MAZAURIC	LEBON Elisabeth		
PLONGEUR 05		Benjamin Fontaine	Iris Alberfin	Ali ALIHOUSSEN	Julien POIRIER	LEBON Miriam		
PLONGEUR 06		Lioba Rößler	Sarah Wittwen	Sarah HAFSIA	Julian Lorch	CHAMAND-PAYET Lud		
PLONGEUR 07		Zoé PRETTO	Galbois Simon	ILHA Alicia	ETHEVE Paul	Jake KRAUSS		
PLONGEUR 08		Maxime Dréan	Thomas PAYET	TRATZ Barbara	Johan DUHRA	SINAMA Aïlé		
PLONGEUR 09		Mercher Kévin	Raphaël ETHEVE	Turpin Valérie	Léa Paillet	DUCROCQ Léo		
PLONGEUR 10			GARCIA Tony	João BARREIROS	Christian Schnell	Gence Théo		
PLONGEUR 11			Philéas Jade	Patricia DA SILVA COSTA	Valéry Biever	lebon guillaume		
PLONGEUR 12			Cotbay Anaïs	Maria RESENDE		Deurveilher Brian		
PLONGEUR 13			Mercher Kévin	Martina LANZA		Rachel LEONG		
PLONGEUR 14						Louise DE SAINT JACO		

LA SEANCE NE PEUT AVOIR LIEU QUE DANS LA MESURE OU 5 ETUDIANT-E-S, AU MOINS, Y SONT INSCRITS. MERCI DE PRIVILEGIER LES SEANCES AVEC LE PLUS GRAND NOMBRE D'INSCRITS, LA SEANCE PEUT SINON ETRE ANNULEE

LA SEANCE NE PEUT AVOIR LIEU QUE DANS LA MESURE OU 5 ETUDIANT-E-S, AU MOINS, Y SONT INSCRITS. MERCI DE PRIVILEGIER LES SEANCES AVEC LE PLUS GRAND NOMBRE D'INSCRITS, LA SEANCE PEUT SINON ETRE ANNULEE

# PLONGEUR ENCADRE UEO / UEL 1 – PE12



## Formation PE 12

1 séquence en piscine / 2 plongées en mer / 1 cours théorique

# PLONGEUR ENCADRE A 12 M

## UEO / UEL 1 – PE12



### PREREQUIS

- **Certificat médical**
- **Savoir nager**
- **Initiation en piscine**  
pour plonger en mer



### OBJECTIFS

- **Initiation à la plongée bouteille**
- **Acquisition des savoirs pratiques et théoriques nécessaires au PE-12**



### MODALITES

- **1 séquence piscine**
- **2 plongées en mer**
- **1 cours théorique (min.)**
- **Test QCM théorie & Évaluation pratique continue**



### PERSPECTIVES

- **Exploration encadrée à 12 M**
- **Formation PE-20**





## QCM Initiation à la plongée PE-12 (Avril 2021)

Ce questionnaire permet d'évaluer à distance les connaissances théoriques acquises dans l'activité plongée.

Vous devez répondre aux 20 questions qui suivent et avoir au moins la moitié des réponses exactes pour valider ce test théorique. Ce test n'est pas noté par ailleurs et vous pouvez donc le faire en toute sincérité et autant de fois que nécessaire pour le valider. Il atteste et facilite l'acquisition des connaissances fondamentales indispensables à la pratique de la plongée en sécurité et dans le respect du milieu naturel.

Vous pourrez prendre connaissance de votre résultat au terme des 20 questions et obtenir une correction en ligne, ainsi que des éléments complémentaires pour vous permettre de mieux retenir ou de mieux comprendre ces connaissances.

[michel.arboireau@gmail.com](mailto:michel.arboireau@gmail.com) [Changer de compte](#)



\*Obligatoire

**NOTE PRATIQUE, MAIS TEST QCM  
THEORIQUE OBLIGATOIRE**

**A FAIRE EN LIGNE ET A REUSSIR (>50% REPONSES  
EXACTES), SINON NOTE PRATIQUE DIVISEE PAR 2**

# PLONGEE UEO / UEL 2

PLONGEUR ENCADRE A 20 M  
MARDI – MERCREDI – JEUDI- VENDREDI

# UEO 2

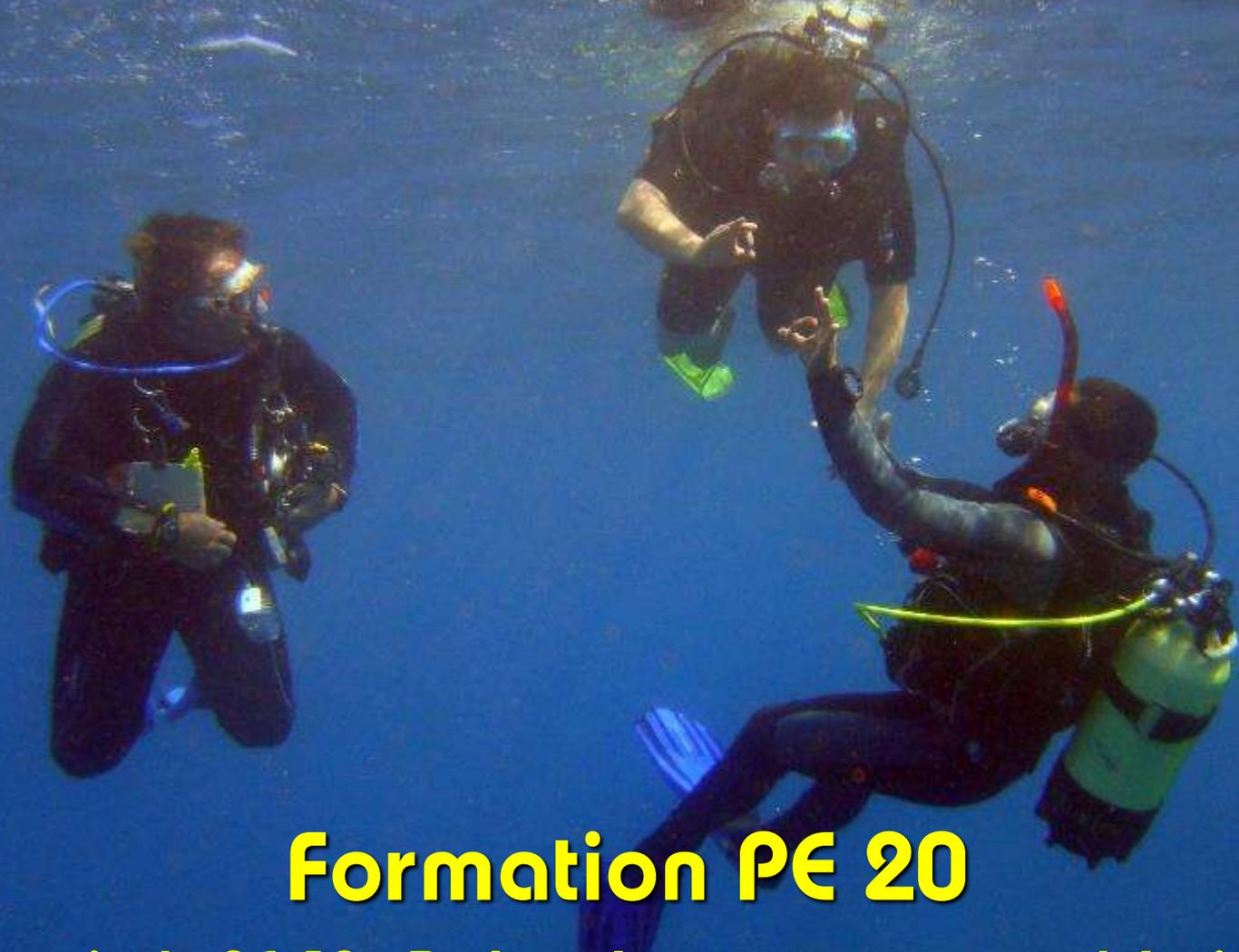
An underwater photograph showing five divers in a clear blue environment. One diver on the left is wearing a bright green BCD and fins. Another diver is partially visible below them. In the center, a diver is ascending with a large plume of bubbles. To the right, another diver is positioned higher up, and a fifth diver is visible in the background. The scene is set at a depth of 20 meters.

**Plongeur Encadré  
à 20m (PE-20)**

**EN SEMAINE**

**Du mardi au vendredi**

# PLONGEUR ENCADRE UEO/UEL 2 – PE-20



## Formation PE 20

À partir du PE-12 : 3 plongées en mer + cours théorique

# PLONGEUR ENCADRE A 20 M

## UEO / UEL 2 – PE20



### PREREQUIS

- Certificat médical
- Avoir validé l'UEO / UEL 1 (PE-12)



### OBJECTIFS

- Perfectionnement plongée bouteille
- Acquisition des savoirs pratiques et théoriques nécessaires au PE-20



### MODALITES

- 3 plongées en mer
- 1 cours théorique
- Test QCM théorie & Évaluation pratique continue



### PERSPECTIVES

- Exploration encadrée à 20 M
- Formation PA-20
- Formation PE-40





## QCM Plongée encadrée à 20 m. PE-20 (Avril 2021)

Ce questionnaire permet d'évaluer à distance les connaissances théoriques acquises dans l'activité plongée.

Vous devez répondre aux 20 questions qui suivent et avoir au moins la moitié des réponses exactes pour valider ce test théorique. Ce test n'est pas noté par ailleurs et vous pouvez donc le faire en toute sincérité et autant de fois que nécessaire pour le valider. Il atteste et facilite l'acquisition des connaissances fondamentales indispensables à la pratique de la plongée en sécurité et dans le respect du milieu naturel.

Vous pourrez prendre connaissance de votre résultat au terme des 20 questions et obtenir une correction en ligne, ainsi que des éléments complémentaires pour vous permettre de mieux retenir ou de mieux comprendre ces connaissances.

[michel.arboireau@gmail.com](mailto:michel.arboireau@gmail.com) [Changer de compte](#)



\*Obligatoire

**NOTE PRATIQUE, MAIS TEST QCM  
THEORIQUE OBLIGATOIRE**

**A FAIRE EN LIGNE ET A REUSSIR (>50% REPONSES  
EXACTES), SINON NOTE PRATIQUE DIVISEE PAR 2**

# ET APRES

**Guide de  
Palanquée**



**Plongeur Autonome 40m  
Vers Niveau 3**



**Initiateur (€1)**



**Plongeur  
Encadré à 40 m**

**Plongeur  
Autonome à 20m**



# UN LIVRET DE PROGRESSION PAR NIVEAU



# CARNET DE PLONGÉE

CEtte PAGE DOIT ÊTRE RENSEIGNÉE APRÈS CHAQUE PLONGÉE ET VALIDÉE PAR VOTRE MONITEUR, IL S'AGIT DE LA « MÉMOIRE » DE VOS PLONGÉES.



## FORMATION EN PISCINE (Espace Aquatique Restreint)

N°	DATE	LIEU et Profondeur du bassin	DURÉE	ENSEIGNANT	OBSERVATIONS
00		Piscine de l'INSPE Bassin d'apprentissage 1m30 - 1m60			Si mer et météo un baptême - Niveau 1 Subaquatique en Scaphandre, Appareillage et Itinéraire (ASAP) Réguler les compétences adaptées à une situation évolutive en plongée, en mer

## BAPTÊME EN MER (Espace Aquatique Ouvert)

Date: \_\_\_\_\_ Durée: \_\_\_\_\_ Profondeur: \_\_\_\_\_ Moniteur: \_\_\_\_\_

Lieu: \_\_\_\_\_

**MAÎTRISE DES ÉQUILIBRES EN PLONGÉE :**

<input type="checkbox"/> Physique	<input type="checkbox"/> Physiologique	<input type="checkbox"/> Psychologique
<input type="checkbox"/> Social	<input type="checkbox"/> Cuisine	<input type="checkbox"/> Environnemental

## FORMATION EN MER (Espace Aquatique Ouvert)

N°	DATE	LIEU	PROF.	DURÉE	MONITEUR	BUT(S) PRIORITAIRE(S) & OBSERVATIONS
01						<b>PLONGÉE D'ÉVALUATION EN PISCINE</b> 5 touches et utiliser son matériel. FAIRE FACE AUX ÉMOTIONS PERSONNELLES LIÉES PRÈS DE LA SURFACE
02						<b>LES ÉQUILIBRES EN PLONGÉE :</b> VIDER ET REMPLIR SON GÉLÉ SE STABILISER, VIDER ET REMPLIR SES POUMONS VIDER SON MASQUE & VIDER SON MASQUE
03						

IL EST TEMPS DE VOUS PROCURER VOTRE CARNET DE PLONGÉE (20)

## ESTIMATION DE LA MAÎTRISE ET DES COMPÉTENCES ACQUISES

INDICE DE MAÎTRISE ET DE COMPÉTENCE (%)	Non Théorie	Théorie	Pratique	Théorie	Pratique	Théorie	Pratique
<b>SEQUENCE PISCINE</b>		0%	0%	0%	0%	0%	0%
<b>BAPTÊME PLONGÉE</b>		0%	0%	0%	0%	0%	0%
<b>PLONGÉE MER 01</b>		0%	0%	0%	0%	0%	0%
<b>PLONGÉE MER 02</b>		0%	0%	0%	0%	0%	0%

**CRITÈRES D'ÉVALUATION :**

- VIDER SON COMPOSANT ET LE METTRE EN ŒUVRE EN TOUTE SÉCURITÉ**
- SCOPPLACER AVEC AIDANCE EN PNT**
- VIDER SON MASQUE ET RESSORTIR LA RESPIRATION**
- SE STABILISER AVEC LE SCAPHANDRE**
- CONSTRUIRE ET ENTIENDRE UNE RELATION PARTENARIALE RESPONSABLE EN ÉQUIPE ET EN PAL**
- MAINTENIR SON ÉQUILIBRE COGNITIF**
- MAINTENIR SON ÉQUILIBRE PHYSIQUE**
- MAINTENIR SON ÉQUILIBRE PSYCHOLOGIQUE**
- MAINTENIR SON ÉQUILIBRE ENVIRONNEMENTAL**
- MAINTENIR SON ÉQUILIBRE SOCIAL**
- SE METTRE À L'EAU PAR SAUT DIRECT ET S'ADAPTER À LA SITUATION NAVIGABLE**
- VIDER SON MASQUE PRÈS DE LA SURFACE OU EN SITUATION NAVIGABLE**
- LACHER ET REPRENDRE SON ÉMÉTIVÉ AVEC REFLUX EXPANSIONNEL PRÈS DE LA SURFACE**
- RETOUR INDICENT EN SURFACE ET MISE EN SÉCURITÉ (COMPLÈTEMENT SÉCURITÉ)**
- PARTICIPER À LA COHÉSION DE LA PALANQUE**
- SE METTRE À L'EAU PAR SAUT INDIRECT ET S'ADAPTER À LA SITUATION NAVIGABLE**
- VIDER SON MASQUE N'IMPORTE OÙ, N'IMPORTE QU'EN, N'IMPORTE QU'EN, EN SITUATION NAVIGABLE**
- LACHER ET REPRENDRE SON ÉMÉTIVÉ AVEC REFLUX EXPANSIONNEL PRÈS DE LA SURFACE, EN SITUATION NAVIGABLE**
- SE STABILISER DE FAÇON STATIQUE ET DYNAMIQUE**
- PARTICIPER À LA COHÉSION DE LA PALANQUE, COMMUNIQUER DE FAÇON APPROPRIÉE TOUT AU LONG DE L'ÉVALUATION**

ATTENTION, VOUS DEVEZ VALIDER LE **SCM THÉORIQUE ENVA** DU PE-12 POUR TERMINER VOTRE FORMATION. D'AUTRES DÉS THÉORIQUES SONT EN COURS DE DÉVELOPPEMENT DANS LA PALANQUE PLONGÉE SUR LA PAGE « SPORTS DE PLEINE NATURE » : <http://www.suaps.univ-reunion.fr/formation/sports-de-pleine-nature>

La réalisation du 1er 2nd et de chaque niveau (PE-12, PE-20, PE-20) et sa réussite (plus de la moitié de bonnes réponses) sont nécessaires pour être évalué dans l'année (DEO & DEI) et / ou pour obtenir une carte de participation universitaire ou internationale.

# LIVRET DE FORMATION PE-12

## DU BAPTÊME AU PLONGEUR ENCADRÉ A 12 M. (PE-12)

Nom : \_\_\_\_\_ Prénom : \_\_\_\_\_

Adresse : \_\_\_\_\_ Téléphone : \_\_\_\_\_

Personne à prévenir en cas de nécessité : \_\_\_\_\_ Téléphone : \_\_\_\_\_

**Antécédents médicaux remarquables**

**AUTO-ÉVALUATION & CO-OBSERVATION DE SES ACQUISITIONS**

Chaque compétence est identifiée par une couleur (tamis) et un numéro qui permettent de la repérer dans le cursus de formation. Les compétences en « ROUGE » (Piscine) sont indispensables à l'acquisition de l'aptitude préparée.

**01** COMPÉTENCE À ACQUÉRIR (PAS ENCORE REUSI) **02** EN COURS D'ACQUISITION (QUELQUES REUSIS) **03** MAÎTRISE (TOUJOURS REUSI)

N.B. : LA PROGRESSION DES COULEURS EST LA MÊME QUE CELLE DES CEINTURES EN JUDO.

**CONDITIONS DE PLONGÉE RENCONTRÉES PENDANT LA FORMATION EN MER**

INSCRIRE LE NUMÉRO DE CHAQUE PLONGÉE DANS LA CASE APPROPRIÉE POUR CHAQUE CONDITION

ÉTAT DE LA MER				VISIBILITÉ			
Calm	Belle	Peu Agitée	Agitée	Excellent	Bonne	Moyenne	Mauvaise
0-1m	0-10m	0-50m	1-25m	>10m	>10m	>5	<2m
COURANT				TEMPÉRATURE			
Nul	Faible	Moyen	Fort	Chaud	Tiède	Frais	Froid
0-1m/s	0,25-1m/s	0,5-1m/s	>1m/s	>25°	>20°	>15°	<10°

**APTITUDE PLONGEUR ENCADRÉ A 12 M. – ATTESTATION DE FORMATION PE-12**

EXPÉRIENCE MINIMUM EXIGÉE PAR LE SUAPS : 3 PLONGÉES, dont 2 au moins en mer / DURÉE TOTALE DE PLONGÉE EN FORMATION : >= 2h30 AU MINIMUM

NOM	BAPTÊME EN PISCINE	PLONGÉE 01	PLONGÉE 02	01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20

COCHER CHAQUE PLONGÉE EFFECTUÉE ET NOTER LA DURÉE DE PLONGÉE TOTALE. Durée totale de plongée au cours de la formation : \_\_\_\_\_

Signature & cachet du moniteur

Formation débutée le : \_\_\_\_\_

Aptitude Plongeur Encadré à 12m, niveau 1 :

CE LIVRET DE FORMATION ATTESTE DE LA PARTICIPATION AU COURS ORGANISÉ PAR LE SUAPS DE L'UNIVERSITÉ DE LA RÉUNION.

IL CERTIFIE L'ACQUISITION DES **APTITUDES À PLONGER EN PALANQUE ENCADRÉ AVEC L'ÉQUIPE DE 0 A 12 MÈTRES (niveau 1) - 14 A 20 M (niveau 2) - 20 A 30 M (niveau 3)**.

- MAÎTRISE DE L'UTILISATION DE SON ÉQUIPEMENT PERSONNEL, NOTAMMENT LE SCAPHANDRE AVEC GÉLÉ STABILISATEUR (PE-12)
- MAÎTRISE DE LA MISE À L'EAU, DE L'IMMERSION ET DU RETOUR EN SURFACE À VITESSE CONTRÔLÉE (PE-12)
- MAÎTRISE DE LA VENTILATION ET MAINTIEN DE SON ÉQUILIBRE (PE-12)
- CONNAISSANCE DES SIGNES USUELS (PE-12)
- INTÉRIORISATION D'UNE PALANQUE SÉCURITÉ (PE-12)
- RESPECT DE L'ENVIRONNEMENT ET DES RÈGLES DE SÉCURITÉ (PE-12)

UNE ATTESTATION DE NIVEAU (FORMAT CARTE DE CREDIT), VALABLE UNiquement DANS LE CADRE UNIVERSITAIRE, PEUT VOUS ÊTRE DÉLIVRÉE PAR LE SUAPS ET PERMET L'OBTENTION DIRECTE D'UNE QUALIFICATION FFESSM OU ANMP ÉQUIVALENTE, AUX CONDITIONS D'ADHÉSION À UN DES DEUX ORGANISMES ET DE RÈGLEMENTS DES MONTANTS DE DÉLIVRANCE DE CARTES INTERNATIONALES CORRESPONDANTES FFESSM/CMAS OU ANMP. CONFORMÉMENT AUX TEXTES EN VIGUEUR, CES ATTESTATIONS NE SONT DÉLIVRÉES QU'À DES CANDIDATS AVANT SUR DE FAÇON SUFFISANTE DES ÉPREUVES DÉMONTRANT UNE COMPÉTENCE TECHNIQUE AU MOINS ÉQUIVALENTE À CELLE EXIGÉE POUR LA DÉLIVRANCE DU BREVET DE NIVEAU DE MÊME NIVEAU DE LA FFESSM ET ORGANISÉE DANS DES CONDITIONS USUELLES DE CERTIFICATIONS ET DE JURÉ. RENVoyEZ-VOUS AU SECRETARIAT DU SUAPS APRÈS VALIDATION DU PE-12.

## PARTICIPER A LA MISE EN ŒUVRE DE L'ACTIVITE ET A SA SECURITE

**EN PISCINE (OU ESPACE AQUATIQUE RESTREINT)**

- Participer à la mise en place et au rangement du matériel
- S'inscrire personnellement dans la protection et la sauvegarde des personnes et des équipements

**EN MER (OU ESPACE AQUATIQUE OUVERT)**

- Participer à l'embarquement du matériel de sécurité
- Participer à la mise en sécurité, à l'embarquement, à l'entretien et au débarquement
- Participer aux manœuvres du bateau (appareillage, mouillage, croisière...)



## S'ÉQUIPER

**EN PISCINE (OU ESPACE AQUATIQUE RESTREINT)**

- Choisir son équipement (PMT, scaphandre)
- Créer et décrire son scaphandre (monter et démonter)
- Vérifier son équipement et celui de son partenaire

**EN MER (OU ESPACE AQUATIQUE OUVERT)**

- Choisir son équipement et le mettre en œuvre pour plonger en mer
- Créer et décrire son scaphandre
- Vérifier son équipement et celui de son partenaire
- Ranger, ranger et procéder aux vérifications d'état de son matériel et à sa désinfection
- Embaucher dans un crâne rotatoire (palmes en premier ou scaphandre, gilet gonflable)
- Embaucher son matériel de façon personnelle et sûre (insufflation, transport, emballage, stockage, réparation...)



## SE DÉPLACER EN SURFACE – SE METTRE A L'EAU

**EN PISCINE (OU ESPACE AQUATIQUE RESTREINT)**

- Palmer sur le ventre, sur le dos, sur le côté et pour se sustenter
- Se mettre à l'eau en PMT, sans scaphandre
- S'équiper dans l'eau

**EN MER (OU ESPACE AQUATIQUE OUVERT)**

- Palmer sur le ventre, sur le dos et pour se sustenter avec effort
- Monter (descendre) et remettre son équipement (cagoule) en surface
- Remonter sur le bateau par l'arrière tout équipé (PMT et scaphandre) en sécurité
- Se mettre à l'eau (avec scaphandre)



## S'IMMERGER - S'ÉQUILIBRER - ÉMERGER

**EN PISCINE (OU ESPACE AQUATIQUE RESTREINT)**

- Utiliser les purges de son gilet
- Immerger par
- Utiliser l'infuseur pour gonfler son gilet
- Remonter à la surface à l'aide des palmes
- Se stabiliser après deux coups en surface

**EN MER (OU ESPACE AQUATIQUE OUVERT)**

- Purger l'étrierement son gilet et le gonfler tête hors de l'eau (mise en sécurité)
- Descendre et remonter au mouillage ou le long d'un pendule
- Descendre en équilibrant régulièrement ses oreilles
- Démonter son oronca oculaire et maintenir ses équilibres (comme lors du boudinage)
- Remonter à l'aide des palmes et effectuer un tour d'honneur près de la surface
- Connaître sa flottabilité (« sentir ») : Tout équipé, mouillage et mouillage, mouillage, mouillage
- Utiliser toutes les purges de son gilet
- Immerger par
- Contrôler sa flottabilité : utiliser son gilet et le « poumon ballon » au fond
- Effectuer une remontée à vitesse lente et contrôlée (sans au fond et sans tête au palm), se mettre en sécurité en surface
- Se stabiliser ou paler de sécurité et maintenir cette stabilisation



## RESPIRER

**EN PISCINE (OU ESPACE AQUATIQUE RESTREINT)**

- Respirer sur tube (avec immersion et émergence)
- Dissocier la respiration
- Sans scaphandre. Vider son masque
- Avec scaphandre. Vider son masque
- Vider, repère et respiration d'air avec réflexes expiratoires

**EN MER (OU ESPACE AQUATIQUE OUVERT)**

- Souffler par le nez dans son masque
- Respirer sur détendeur avec de l'eau dans le masque en surface ou sans masque tête dans l'eau
- Vider son masque près de la surface, en situation favorable
- Vider, repère et respiration d'air avec réflexes expiratoires
- Expirer sans embout pendule ou moins 5 sec.
- Vider, repère et respiration d'air avec réflexes expiratoires
- Se stabiliser horizontalement sans embout, en soufflant (après expiratoire)
- Vider son masque au fond (10m)



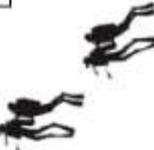
## PLONGER EN PALANQUE ENCADRÉE

**EN PISCINE (OU ESPACE AQUATIQUE RESTREINT)**

- Construire une relation partenariale observable avec un co-équipier (bôme)
- Interpréter les signes usuels
- Construire une relation partenariale observable dans une palanquée (>2 plongeurs)

**EN MER (OU ESPACE AQUATIQUE OUVERT)**

- Se situer à distance d'intervention de son (ses) équipier(s)
- Contrôler avec vigilance son coéquipier
- Communiquer avec les signes usuels de plongée, interpréter les signes conventionnels
- Sourire régulier en cas de panne de l'embout
- Demander de l'air en cas de panne d'air (bouteille uniquement) abba



## COMPRENDRE

**EN PISCINE (OU ESPACE AQUATIQUE RESTREINT)**

- Connaître les ordres de choc concernant l'équipement (PMT et scaphandre)
- Connaître et comprendre la façon d'équiper et de déséquiper un scaphandre
- Connaître les dispositions usuelles liées à l'entretien, au rangement du matériel
- Connaître les effets et les risques liés à notre environnement spécifique de pratique

**EN MER (OU ESPACE AQUATIQUE OUVERT)**

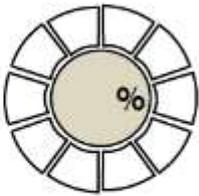
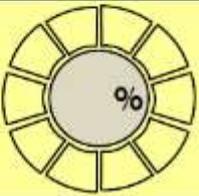
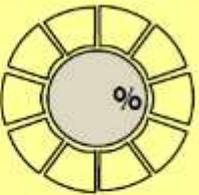
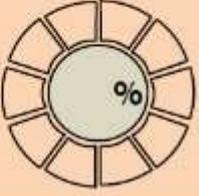
- Connaître, reconnaître, identifier plusieurs espèces rencontrées pendant la plongée
- Respect de l'environnement (par son comportement et ses connaissances)
- Identifier les paramètres de plongée pour les reporter sur son carnet de plongée
- Raisons élémentaires sur les lois physiques : pression, dilatation et inclusion en plongée
- Prévention des accidents (barotraumatisme, essoufflement, accident de désaturation)
- Matériel utilisé pour la plongée
- Prérogatives du PE-12 et documents à fournir pour plonger en dub
- Appareil de l'association de la plongée en France et dans le monde





# ESTIMATION DE LA MAITRISE ET DES COMPETENCES ACQUISES

INDICE DE MAITRISE ET DE COMPETENCE (%)

<p><b>SEQUENCE PISCINE</b></p>	 <p>x 10/20</p> <p>Hors Théorie</p> <p>/20</p>	<p>CHOISIR SON EQUIPEMENT ET LE METTRE EN ŒUVRE EN TOUTE SECURITE</p>	<p>SE DEPLACER AVEC AISANCE EN PMT</p>	<p>VIDER SON MASQUE ET DISSOCIER SA RESPIRATION</p>	<p>SE STABILISER AVEC LE SCAPHANDRE</p>	<p>CONSTRUIRE ET ENTREtenir UNE RELATION PARTENARIALE REMARQUABLE EN EQUIPE ET EN PAL.</p>
<p><b>BAPTEME PLONGEE</b> (SI PLONGEE MER 01 D'EXPLORATION EN PALANQUEE NON REALISEE)</p>	 <p>x 12/20</p> <p>Hors Théorie</p> <p>/20</p>	<p>MAINTENIR SON EQUILIBRE COGNITIF</p>	<p>MAINTENIR SON EQUILIBRE PHYSIQUE</p>	<p>MAINTENIR SON EQUILIBRE PHYSIOLOGIQUE</p>	<p>MAINTENIR SON EQUILIBRE ENVIRONNEMENTAL</p>	<p>MAINTENIR SON EQUILIBRE SOCIAL</p>
<p><b>OU</b></p> <p><b>PLONGEE MER 01</b> EXPLORATION EN PALANQUEE EN MAINTENANT SES EQUILIBRES FONDAMENTAUX</p>	 <p>x 16/20</p> <p>Hors Théorie</p> <p>/20</p>	<p>SE METTRE A L'EAU PAR SAUT DROIT ET S'IMMERGER LENTEMENT</p>	<p>VIDER SON MASQUE PRES DE LA SURFACE OU EN SITUATION FAVORABLE</p>	<p>LACHER ET REPREDRE SON EMBOUT AVEC REFLEXE EXPIRATOIRE, PRES DE LA SURFACE</p>	<p>RETOUR PRUDENT EN SURFACE ET MISE EN SECURITE (GONFLER SON GILET)</p>	<p>PARTICIPER A LA COHESION DE LA PALANQUEE</p>
<p><b>PLONGEE MER 02</b> CONSERVER, ROMPRE, RETABLIR LES EQUILIBRES EN PLONGEE : SE STABILISER</p>	 <p>x 20/20</p> <p>Hors Théorie</p> <p>/20</p>	<p>SE METTRE A L'EAU PAR BASCULE ARR. ET S'IMMERGER RAPIDEMENT</p>	<p>VIDER SON MASQUE N'IMPORTE OU, N'IMPORTE QUAND ENTRE 0-12 M.</p>	<p>LACHER ET REPREDRE SON EMBOUT AVEC REFLEXE EXPIRATOIRE ENTRE 0-12 M. ET EN DEPLACEMENT</p>	<p>SE STABILISER DE FAÇON STATIQUE ET DYNAMIQUE</p>	<p>PARTICIPER A LA COHESION DE LA PAL., COMMUNIQUER DE FAÇON APPROPRIEE TOUT AU LONG DE L'EVOLUTION</p>
		<p>0 0.5 1 1.5 2</p>	<p>0 0.5 1 1.5 2</p>	<p>0 0.5 1 1.5 2</p>	<p>0 0.5 1 1.5 2</p>	<p>0 0.5 1 1.5 2</p>

# CERTIFICATION DE NIVEAU : CARTES DE PLONGÉE

**LIVRET DE FORMATION PE-12**  
DU NIVEAU DE PLONGÉE ENTRAÎNÉ À 12 M. (12m)

**LIVRET DE FORMATION PE-20**  
DU PE-12 AU PLONGÉE ENTRAÎNÉ À 20 M. (20m/12m/12m)

**ANMP**  
ASSOCIATION NATIONALE DES MONITEURS DE PLONGÉE

**Grand AIR**

**PE-12  
UNIQUEMENT**

**NOUVEAU**



**Carte Effet Mer**

**PE-20  
ET AU DELÀ**



# PLONGÉE DE CERTIFICATION PE 20

POSSIBLE SUR RDV, AU DELA DES PLONGÉES  
PRÉVUES DANS LE CADRE DU SUAPS

PARTICIPATION AUX FRAIS

DE PLONGÉE ET DE CERTIFICATION

(frais de plongée et frais de carte 60€, réservé aux adhérents  
de l'association sportive universitaire Grand Air)

**PLONGEUR AUTONOME**

**PA 20-OW / NIV 2 / PA 40 ...**



**4 PLONGÉES POSSIBLES EN MER**

**DONT 2 AU MOINS EN SITUATION D'AUTONOMIE**

**(SANS ENCADREMENT, APRÈS ÉVALUATION)**



# PLANNING DE RESERVATION





# PLANNING DE RESERVATION



## DÉJÀ INSCRIT AU SUAPS EN PLONGÉE AUPARAVANT ET INSCRIPTION A JOUR :

Réservation dès mercredi 14/09 par internet pour les plongées du 27/09 au 7/10, uniquement.

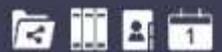
Présence obligatoire au cours théorique (Lun 26/09 – NORD ou Mardi 27/09 – SUD) pour les plongeurs en formation PÉ-20 : ajustement des réservations



## DEBUTANT/NOUVEL INSCRIT :

Réservation par internet si inscription à jour et dès la séance d'initiation en piscine effectuée.

Présence obligatoire aux cours théoriques : ajustement des réservations



☰ SUAPS

PRÉSENTATION

ÉQUIPE

INSCRIPTION

PLANNING

**SPORTS DE PLEINE NATURE**

CALENDRIER

PLAN D'ACCÈS

NOUS CONTACTER

Présentation des sports de nature

Pagales & eaux vives

Plongée

Voile légère

VAE

VTT

RESTEZ CONNECTÉ

Twitter

Facebook

Chaîne YouTube

Flux RSS



# RESERVATION DES PLONGEES EN MER

## Réserver une plongée en mer

Procédure de réservation d'une plongée en mer\_S2 2021/2022 A jour au 13/02/2022

### Lieu de rendez-vous pour la plongée en mer

Attention la BNM est située dans les enceintes portuaires et certains jours ou à certaines heures les portails d'accès aux enceintes portuaires sont fermés et il est nécessaire de passer par le centre-ville du Port pour accéder à la BNM (Rue François de Mahy). Il est vivement conseillé de se munir de son smartphone ou d'imprimer le plan ci-dessus pour se rendre à la BNM.

Prévoyez un délai de route suffisant pour rester zen et bien profiter de votre plongée, le bateau ne vous attendra pas.

### Faire une demande de réservation de plongée en mer

Pour faire une demande de réservation de plongée en mer, vous devez être régulièrement inscrit au cours de plongée et avoir effectué l'initiation en piscine (nouveau plongeur et plongeur débutant) ou avoir déjà été inscrit à la plongée au SUAPS de l'université de La Réunion. Vous devrez ensuite vérifier la prise en compte de votre réservation sur le tableau des réservations et vérifier qu'elle est reportée sans erreur sur le planning de réservation des plongées en mer, ci-dessous.

### Tableau des réservations des plongées en mer

Pour avoir la réponse à votre demande de réservation (48h à 72h de délai nécessaire).

### Planning de réservation des plongées en mer S2 2021/2022

Pour vérifier la prise compte de votre réservation de plongée en mer.

Attention vous ne pourrez apporter, vous même, aucune modification au planning de réservation des plongées en mer.

Pour toute modification, annulation, report ou demande de réservation vous devez renseigner une demande de réservation (voir ci-dessus).

En cas de problème, merci d'adresser un mail à [michel.arboireau\[at\]univ-reunion.fr](mailto:michel.arboireau[at]univ-reunion.fr)





	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31	1	2	3

## FORMULAIRE DE RESERVATION DES PLONGEES EN MER DU SUAPS

Ce formulaire sert à effectuer une réservation ou une annulation de plongée. Votre demande sera traitée dans les 72 h (au plus tard), pour une demande de réservation et dans les 48h pour une annulation. Vous devez vous connecter à la page des réservations plongée ou à celle des demandes de réservation, pour suivre votre demande.

**\*Obligatoire**

Adresse e-mail \*

Votre nom \*

Votre prénom \*

Votre niveau de plongée \*



# RESERVATION DES PLONGEES EN MER

## Réserver une plongée en mer

Procédure de réservation d'une plongée en mer\_S2 2021/2022 A jour au 13/02/2022

### Lieu de rendez-vous pour la plongée en mer

Attention la BNM est située dans les enceintes portuaires et certains jours ou à certaines heures les portails d'accès aux enceintes portuaires sont fermés et il est nécessaire de passer par le centre-ville du Port pour accéder à la BNM (Rue François de Mahy). Il est vivement conseillé de se munir de son smartphone ou d'imprimer le plan ci-dessus pour se rendre à la BNM.

Prévoyez un délai de route suffisant pour rester zen et bien profiter de votre plongée, le bateau ne vous attendra pas.

### Faire une demande de réservation de plongée en mer

Pour faire une demande de réservation de plongée en mer, vous devez être régulièrement inscrit au cours de plongée et avoir effectué l'initiation en piscine (nouveau plongeur et plongeur débutant) ou avoir déjà été inscrit à la plongée au SUAPS de l'université de La Réunion. Vous devrez ensuite vérifier la prise en compte de votre réservation sur le tableau des réservations et vérifier qu'elle est reportée sans erreur sur le planning de réservation des plongées en mer, ci-dessous.

### Tableau des réservations des plongées en mer

Pour avoir la réponse à votre demande de réservation (48h à 72h de délai nécessaire).

### Planning de réservation des plongées en mer S2 2021/2022

Pour vérifier la prise compte de votre réservation de plongée en mer.

Attention vous ne pourrez apporter, vous même, aucune modification au planning de réservation des plongées en mer.

Pour toute modification, annulation, report ou demande de réservation vous devez renseigner une demande de réservation (voir ci-dessus).

En cas de problème, merci d'adresser un mail à [michel.arboireau\[at\]univ-reunion.fr](mailto:michel.arboireau[at]univ-reunion.fr)







# RESERVATION DES PLONGEES EN MER

## Réserver une plongée en mer

Procédure de réservation d'une plongée en mer\_S2 2021/2022 A jour au 13/02/2022

### Lieu de rendez-vous pour la plongée en mer

Attention la BNM est située dans les enceintes portuaires et certains jours ou à certaines heures les portails d'accès aux enceintes portuaires sont fermés et il est nécessaire de passer par le centre-ville du Port pour accéder à la BNM (Rue François de Mahy). Il est vivement conseillé de se munir de son smartphone ou d'imprimer le plan ci-dessus pour se rendre à la BNM.

Prévoyez un délai de route suffisant pour rester zen et bien profiter de votre plongée, le bateau ne vous attendra pas.

### Faire une demande de réservation de plongée en mer

Pour faire une demande de réservation de plongée en mer, vous devez être régulièrement inscrit au cours de plongée et avoir effectué l'initiation en piscine (nouveau plongeur et plongeur débutant) ou avoir déjà été inscrit à la plongée au SUAPS de l'université de La Réunion. Vous devrez ensuite vérifier la prise en compte de votre réservation sur le tableau des réservations et vérifier qu'elle est reportée sans erreur sur le planning de réservation des plongées en mer, ci-dessous.

### Tableau des réservations des plongées en mer

Pour avoir la réponse à votre demande de réservation (48h à 72h de délai nécessaire).

### Planning de réservation des plongées en mer S2 2021/2022

Pour vérifier la prise compte de votre réservation de plongée en mer.

Attention vous ne pourrez apporter, vous même, aucune modification au planning de réservation des plongées en mer.

Pour toute modification, annulation, report ou demande de réservation vous devez renseigner une demande de réservation (voir ci-dessus).

En cas de problème, merci d'adresser un mail à [michel.arboireau\[at\]univ-reunion.fr](mailto:michel.arboireau[at]univ-reunion.fr)



75% | VOUS NE POUVEZ APPORTER AUCUNE MODIFICATION AU PLANNING DE RESERVATION : TOUTES LES DEMANDES DE MODIFICATION, D'ANNULLATION, DE REPORT OU DE RESERVATION SE FONT A L'AIDE DU FORMULAIRE DE RESERVATION

**VOUS NE POUVEZ APPORTER AUCUNE MODIFICATION AU PLANNING DE RESERVATION : TOUTES LES DEMANDES DE MODIFICATION**

MOIS	septembre	septembre	septembre	septembre	septembre	septembre	septembre	septembre	septembre	septeml	
DATE	21 sept. 2021	22 sept. 2021	23 sept. 2021	24 sept. 2021	25 sept. 2021	26 sept. 2021	27 sept. 2021	28 sept. 2021	29 sept. 2021	30 sept. 20	
JOUR	mardi	mercredi	jeudi	vendredi	samedi	dimanche	lundi	mardi	mercredi	jeudi	
<b>AUBE (06h00-10h00)</b> Plongeurs Plongeurs	EMR1										
	EMR2										
	SUAPS 1	THEMEZE ERIC (E4)	THEMEZE ERIC (E4)	THEMEZE ERIC (E4)	THEMEZE ERIC (E4)			THEMEZE ERIC (E4)	THEMEZE ERIC (E4)	THEMEZE ERIC (E4)	
	SUAPS 2	COUBES DAVID (E3)	COUBES DAVID (E3)	COUBES DAVID (E3)	COUBES DAVID (E3)			COUBES DAVID (E3)	COUBES DAVID (E3)	COUBES DAVID (E3)	
		AUBE (6h00)	AUBE (6h00)	AUBE (6h00)	AUBE (6h00)	AUBE (6h00)	AUBE (6h00)	AUBE (6h00)	AUBE (6h00)	AUBE (6h00)	AUBE (6h00)
	1	PLACE LIBRE 12	PLACE LIBRE 24	PLACE LIBRE 30	PLACE LIBRE 44			PLACE LIBRE 59	PLACE LIBRE 65	PLACE LIBRE 81	
	2	PLACE LIBRE 12	PLACE LIBRE 24	PLACE LIBRE 30	PLACE LIBRE 44			PLACE LIBRE 59	PLACE LIBRE 65	PLACE LIBRE 81	
	3	PLACE LIBRE 12	PLACE LIBRE 24	PLACE LIBRE 30	PLACE LIBRE 44			PLACE LIBRE 59	PLACE LIBRE 65	PLACE LIBRE 81	
	4	PLACE LIBRE 12	PLACE LIBRE 24	PLACE LIBRE 30	PLACE LIBRE 44			PLACE LIBRE 59	PLACE LIBRE 65	PLACE LIBRE 81	
	5	PLACE LIBRE 12	PLACE LIBRE 24	PLACE LIBRE 30	PLACE LIBRE 44			PLACE LIBRE 59	PLACE LIBRE 65	PLACE LIBRE 81	
6	PLACE LIBRE 12	PLACE LIBRE 24	PLACE LIBRE 30	PLACE LIBRE 44			PLACE LIBRE 59	PLACE LIBRE 65	PLACE LIBRE 81		
7	PLACE LIBRE 12	PLACE LIBRE 24	PLACE LIBRE 30	PLACE LIBRE 44			PLACE LIBRE 59	PLACE LIBRE 65	PLACE LIBRE 81		
8	PLACE LIBRE 12	PLACE LIBRE 24	PLACE LIBRE 30	PLACE LIBRE 44			PLACE LIBRE 59	PLACE LIBRE 65	PLACE LIBRE 81		
9											
10											
11											
12											
13											
14											
15											
16											
17											
18											
19											
20											
21											
22											
23											
24											
25											
26											
27											
28											
29											
30											
31											
<b>100-14h00</b> Matinées	EMR1	THEMEZE ERIC (E4)	THEMEZE ERIC (E4)	THEMEZE ERIC (E4)				THEMEZE ERIC (E4)	THEMEZE ERIC (E4)	THEMEZE ERIC (E4)	
	EMR2										
	SUAPS 1	COUBES DAVID (E3)	COUBES DAVID (E3)	COUBES DAVID (E3)				COUBES DAVID (E3)	COUBES DAVID (E3)	COUBES DAVID (E3)	
	SUAPS 2										
		MATINEE (10h00)	MATINEE (10h00)	MATINEE (10h00)	MATINEE (10h00)	MATINEE (10h00)	MATINEE (10h00)	MATINEE (10h00)	MATINEE (10h00)	MATINEE (10h00)	MATINEE (10h00)
1	PLACE LIBRE 12	PLACE LIBRE 24	PLACE LIBRE 30				PLACE LIBRE 59	PLACE LIBRE 65	PLACE LIBRE 81		
2	PLACE LIBRE 12	PLACE LIBRE 24	PLACE LIBRE 30				PLACE LIBRE 59	PLACE LIBRE 65	PLACE LIBRE 81		
3	PLACE LIBRE 12	PLACE LIBRE 24	PLACE LIBRE 30				PLACE LIBRE 59	PLACE LIBRE 65	PLACE LIBRE 81		
4	PLACE LIBRE 12	PLACE LIBRE 24	PLACE LIBRE 30				PLACE LIBRE 59	PLACE LIBRE 65	PLACE LIBRE 81		



# LE SYSTÈME DE RESERVATION

docs.google.com/spreadsheets/d/1kXT4eGDdbra/W0sApZ-5As3ginYe70qHw3JsQCISG5w/edit#gid=1720667457

Applications Drive Université Réunion SUAPS - SUAPS Université de la Réunion Suaps: Choix du mo... www.deezer.com Annonces Réunion... YouTube Facebook EN-COURS ESSENTIEL TOUS\_LES\_FAVORIS

Planning Plongée\_SUAPS\_S1\_2021-22

Fichier Édition Affichage Insertion Format Données Outils Extensions Aide Dernière modification il y a 5 jours

75% Arial 10 B I A

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R
	NBR	REMARQUE	GESTION RESERVATION SECRETARIAT DATE	SEPT	AOÛT	SEP	OCT	NOV	DÉC	JAN	FEB	NOM PRENOM (NIVEAU)	AU TO	PHOTO	N° ETUDIANT	SITE	MAIL INSTITUTIONNEL	MAIL PER SO
1	1					2	2	0	2	2		ALI MAZI Ridwanli (DEB)			40008895	Nord	40008895@co.univ-reunion.fr	alimadindholanti16@gmail.com
2	2	Modification inscription PA 20 avec DEC PE 12				3	3	1	2	2		ANDRE Michael (PE-4II)	OUI		41007271	Sud	41007271@co.univ-reunion.fr	michael.andre.974@gmail.com
3	3					2	2	0	2	2		ANTIER Raphael (DEB)	OUI	NON	33002211	Sud	33002211@co.univ-reunion.fr	raphaelantier@hotmail.com
4	4					2	2	0	2	2		ARACIL Clément (DEB)			41000713	Nord	41000713@co.univ-reunion.fr	Clement.arcil@gmail.com
5	5					2	2	0	2	2		ASCENCIO Tatiana (DEB)			40004254	Sud	40004254@co.univ-reunion.fr	tati.ascencio96@gmail.com
6	6					2	2	1	1	1		ASSADI Abdel-Wassim (DEB)			41003170	Nord	41003170@co.univ-reunion.fr	abdelwassim04@gmail.com
7	7					2	2	0	2	2		BAIK Jakub (DEB)			41000971	Nord	41000971@co.univ-reunion.fr	jbaik@student.uw.edu.pl
8	8					2	2	0	2	2		BAPTISTE Maïlee (DEB)			41002245	Nord	41002245@co.univ-reunion.fr	Bptmailee@gmail.com
9	9					2	2	1	1	1		BARRET Thomas (DEB)	OUI		41004259	Sud	41004259@co.univ-reunion.fr	thomasbarret.pro@gmail.com
10	10	10/10 v2			2	2	4	0	4	4		BERGER Marcel (DEB)			41002358	Sud	41002358@co.univ-reunion.fr	mlbrgn@gmail.com
11	11	Régulation			1	2	3	0	3	3		BERGMANN Marvin (DEB)			41000630	Sud	41000630@co.univ-reunion.fr	marvin.bergmann15@gmail.com
12	12					3	3	0	3	3		BITEAU Florian (PE-20)	OUI		38003895	Nord	38003895@co.univ-reunion.fr	florian.biteau@gmail.com
13	13	20/10 0/11			2	2	4	0	4	4		BODDENBERG Lesmie (DEB)	OUI		41001246	Nord	41001246@co.univ-reunion.fr	lesmie.bodden@gmail.com
14	14	BLESQUET CH 3/11			1	4	5	3	2	2		BORDES Amélie (PE-20)	OUI		40001207	Sud	40001207@co.univ-reunion.fr	bordesamel@gmail.com
15	15					2	2	0	2	2		BOYER Mathilde (DEB)			41005032	Nord	41005032@co.univ-reunion.fr	mathilde.boyer974@hotmail.fr
16	16					2	2	0	2	2	Oui	BRIGHIGNA Lena (DEB)			41005952	Nord	41005952@co.univ-reunion.fr	lena.brighigna@outlook.fr



PLACE LIBRE			BY	BW	EX	BY	BZ	CA	CB	CC	CD	CE	CF	CG		
<b>MOIS</b>			<b>MARS</b>		<b>MARS</b>		<b>MARS</b>		<b>MARS</b>		<b>MARS</b>		<b>MARS</b>			
<b>DATE</b>			24 mars 2020		25 mars 2020		26 mars 2020		27 mars 2020		28 mars 2020		29 mars 2020			
<b>JOUR</b>			MARDI		MERCREDI		JEUDI		VENDREDI		SAMEDI		DIMANCHE			
<b>MATIN (08H00)</b>	ENC.	ENC 1	ARBOIREAU MICHEL (E4)		COUBES DAVID (E3)		COUBES DAVID (E3)		ARBOIREAU MICHEL (E4)		ARBOIREAU MICHEL (E4)		THEMEZE ERIC (E4)			
		ENC 2														
		ENC 3														
	PLONGEURS - PLONGEURS									THEORIE PLONGEUR NITROX		FORMATION PLONGEUR NITROX				
		1		BELANGER-LAVALLEE Pascale (NIV 2)	1	CHAMARD-BOUDET Veronique (NIV 2)	1	BOULESNANE GUENGANT Oceane (DEB)	1			PLONGEUR NITROX GRAND AIR				
		2		COUTURE Andreane (NIV 2)	1	HAMDAR Leila (DEB)	2	GIVORD Théo (PE-12)	2			PLONGEUR NITROX GRAND AIR				
		3		ST-ONGE Zoe (DEB)	2	HENDRICKX Martine (DEB)	3	CRUTCHET Jon (DEB)	1			PLONGEUR NITROX GRAND AIR				
		4		DROUIN Xavier (NIV 2)	1	MOENCH Janina (DEB) BAPTEME TRADITIONNEL	1	PLACE LIBRE	5			PLONGEUR NITROX GRAND AIR				
		5											PLONGEUR NITROX BNM			
		6											PLONGEUR NITROX BNM			
		7											PLONGEUR NITROX BNM			
		8											PLONGEUR NITROX BNM			
		9														
10																
<b>NAVIRE</b>			ZOURITTE (21 places/Pilote compris)		ZOURITTE (21 places/Pilote compris)		ZOURITTE (21 places/Pilote compris)		ZOURITTE (21 places/Pilote compris)		ZOURITTE (21 places/Pilote compris)					
<b>MIDI (13H00)</b>	ENC.	ENC 1	THEMEZE ERIC (E4)		THEMEZE ERIC (E4)		THEMEZE ERIC (E4)		ARBOIREAU MICHEL (E4)							
		ENC 2			COUBES DAVID (E3)				THEMEZE ERIC (E4)							
		ENC 3														
	PLONGEURS										FORMATION PLONGEUR NITROX					
		1	GOODMAN Jessica (DEB)	1	ROSSILLE Thomas (DEB)	2					PLONGEUR NITROX GRAND AIR					
		2	AUDINEAU Lilou (DEB)	1	URBISTONDOY Lea (PE-40)	1					PLONGEUR NITROX GRAND AIR					
3	PLACE LIBRE	2	LEMALLIER Rosalie (PE-12)	2					PLONGEUR NITROX GRAND AIR							
4	PLACE LIBRE	2	GIVORD Théo (PE-12)	1					PLONGEUR NITROX GRAND AIR							
5					AUDINEAU Lilou (DEB)		2			PLONGEUR NITROX BNM						





# VOS ENGAGEMENTS

---

- ✘ Participer à la formation en piscine  
(Débutant et nouvel inscrit)
- ✘ Réserver ses plongées et participer aux plongées pour lesquelles on est inscrit
- ✘ Participer aux cours théoriques organisés  
... et à l'évaluation théorique (QCM en ligne)
- ✘ Participer à la convivialité qui caractérise notre fonctionnement

Ne pas oublier

# NE PAS OUBLIER

COPIE DE VOS CERTIFICATS DE PLONGEE  
(copie à remettre au secrétariat  
au moment de l'inscription)



# POUR PLONGER EN MER, IL FAUT ...

## 1 BOUTEILLE D'EAU

(En plastique dur réutilisable  
ou mieux en acier)



## 1 PAIRE DE SAVATES POUR ALLER AU BATEAU



## MAILLOT DE BAIN SERVIETTE



## 1 MASQUE SELON SITUATION SANITAIRE



# ET AUSSI ...

QUELQUE CHOSE À BOIRE  
OU À MANGER



CASQUETTE OU  
CHAPEAU



CREME SOLAIRE  
(ECO-FRIENDLY ...MINÉRALE... GENTILLE  
POUR LES CORAUX)

POUR APRES LA  
PLONGÉE



# LES CREMES SOLAIRES ECO-FRIENDLY



1. Spray solaire bio, Filtres minéraux, SPF 30, **Acorelle**, 21€
2. Roll-on solaire bio, 100% minéral et naturel, SPF 50+, **Alphanova Sun**, 12,90€
3. Lait solaire Alga Maris bio, SPF 50, **Laboratoires de Biarritz**, 17,50€
4. Crème solaire bio, Préserve le corail, SPF 30, **EQ Evoa**, 19,95€
5. Crème solaire visage bio, SPF 30, **Biosolis**, 14,39€

# TOUT LE RESTE ON VOUS LE PRÊTE !



# LES ACTIVITES SONT SOUMISES A UN PROTOCOLE STRICTE DE PRECAUTION SANITAIRE :



**PAS DE PARTAGE DE MATÉRIEL,  
UTILISATION DE GEL  
DÉSINFECTANT, LAVAGE DES MAINS**

**RESPECT DES MESURES  
DE DISTANCIATION**



**DOUBLE  
DECONTAMINATION  
DU MATÉRIEL**

**(À LA FIN ET AU DÉBUT D'ACTIVITÉ, PAR LA  
STRUCTURE ET PAR CHAQUE PRATIQUANT)**



**PORT DU MASQUE  
HORS ACTIVITES  
(SELON SITUATION SANITAIRE)**



**DES AMENAGEMENTS POSSIBLES EN  
FONCTION DES CONDITIONS METEO.**



**OU DES CONTRAINTES LIEES A  
L'ACTIVITE**

# PROCHAIN RDV PLONGEE

## COURS THEORIQUE PE-12 / PE-20 ET ORGANISATION



### CAMPUS NORD

MEME SALLE (AMPHI COMMERSON) MEME HEURE

LUNDI 26/09 (18h15-20h00)



### CAMPUS SUD

MEME SALLE (AMPHI 120B), MEME HEURE

MARDI 27/09 (18h-20h00)

# DES QUESTIONS

---

<http://suaps.univ-reunion.fr//>

MAIL, SEULEMENT SI NECESSAIRE :



[michel.arboireau@univ-reunion.fr](mailto:michel.arboireau@univ-reunion.fr)

**MERCI**  
MERCI

