



Quelques infos et obligations pour le passage du NIVEAU 1

Le niveau 1 chez le plongeur, c'est d'abord : une découverte de la plongée par un baptême si besoin.

Un apprentissage de la plongée avec :

- ♦ Des cours théoriques (sécurité, charte du plongeur, environnement plongeur...)
- ♦ Des cours pratiques en piscine avec des encadrants bénévoles, qualifiés et sympathiques

Une validation des acquis

- ♦ Contrôle des connaissances théoriques.
- ♦ Contrôle pratique du savoir-faire avec et sans scaphandre.
- ♦ Validation du Niveau 1 : 4 plongées en milieu naturel dans l'année.

Ces plongées peuvent être réalisées par :

- ↳ Des sorties Club au lac du Bourget (club GSRL)
- ↳ Une sortie Club en mer (club GSRL)
- ↳ Des plongées individuelles avec des structures privées (lac et mer)



Le plongeur doit s'équiper un minimum pour se former à la technique de la plongée :

Palms/Masques/Tuba/Ceinture de plombs avec 2 x 1Kg. Ces 4 outils vous seront indispensables tout au long de votre formation. Les encadrants sont à votre disposition pour vous conseiller sur le choix du matériel.

Pour pouvoir réaliser cette formation NIVEAU 1, le club GSRL met à disposition :

- ♦ Les bouteilles d'air comprimé dits "les Blocs"
- ♦ Les détendeurs
- ♦ Les gilets stabilisateurs dits "les STAB"

Les élèves ont à leur charge pendant leur période d'apprentissage la manutention de ce matériel. Vous confiez votre vie à ce matériel alors **prenez en grand soin, il vous le rendra !**

Au local, à 19h30, chaque élève charge une bouteille dans un chariot. Il place également un gilet et un détendeur dans le caddie. **Les chariots de bouteilles et les caddies devront être montés à la piscine et rapportés au local par les élèves** (ceux qui montent le matériel doivent le redescendre aussi).

Généralement au bout de 4 ou 5 mois, les cours théoriques donnés et la pratique assimilée, vous passerez un "petit" examen. Pour celui-ci, il vous sera demandé obligatoirement :

- ♦ Votre matériel personnel : Palmes/Masques/Tuba/Ceinture.
- ♦ Avoir assisté aux cours théoriques.

L'assiduité aux cours est impérative pour l'obtention du niveau I

Voilà, vous êtes prêt à partir à la rencontre du grand Brochet blanc du lac du Bourget, du Mérou de la méditerranée et autres poissons...



La plongée, c'est un loisir où chacun d'entre nous plonge pour se faire plaisir, découvrir le milieu subaquatique...



Cela doit rester un plaisir avant tout.

Septembre 2019