

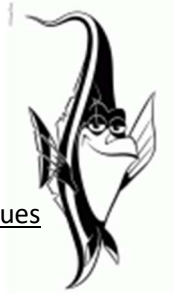


Quelques infos et obligations pour le passage du NIVEAU 3

Le niveau 3 chez le plongeur, c'est l'**AUTONOMIE COMPLETE**

Un apprentissage de l'autonomie en plongée avec :

- ♦ 2 cours théoriques
- ♦ des cours pratiques au lac du Bourget avec des encadrants bénévoles qualifiés et sympathiques



Une validation des acquis :

Contrôle pratique au lac du Bourget, du savoir-faire :

- ♦ Maîtrise de la plongée en toute sécurité (maîtrise des remontées, du parachute et de la boussole)
- ♦ Maîtrise d'une assistance d'un équipier en difficulté d'une profondeur de 40 mètres, à l'aide d'un gilet et en remontant à vitesse constante (15 à 17 m/min).

Pour pouvoir réaliser cette formation NIVEAU 3, **le club GSRL met à disposition le gros matériel, sous votre responsabilité :**

- ♦ Les blocs d'air comprimé : les blocs
- ♦ Les détendeurs
- ♦ Les gilets stabilisateurs : les "STAB"

En plus de l'investissement personnel, il est demandé un investissement pour l'achat du matériel basique pour la formation au lac :

- ♦ Combinaison personnelle OBLIGATOIRE.
- ♦ Boussole recommandée

Normalement déjà acquis au N1 : PMT gants, chaussons, ceinture de plombs avec le lestage et déjà acquis au N2 : Timer/Profondimètre et tables de plongée ou ordinateur de plongée, parachute.

Les encadrants sont là pour vous conseiller sur le choix.

En investissement personnel :

Pour démarrer la formation niveau III, vous devrez justifier de l'obtention du **RIFA plongée**, brevet obligatoire pour faire valider le niveau III au niveau de la FFESSM.

La formation est ouverte aux plongeurs membres (≥ 1 an) du club uniquement.

Avant de débiter la formation N3, il sera réalisé une plongée d'évaluation.

Pour démarrer la formation au lac, vous devez être titulaire du **N2**, du **RIFA plongée** et justifier de
50 plongées en milieu naturel dont 10 plongées récentes à 40m en lac.
5 plongées en autonomie + avis favorable de la commission technique.
Priorité aux personnes investies et motivées plongeant régulièrement avec le club.

Voilà, vous êtes prêt à partir en autonomie, à découvrir de nouvelles profondeurs....

La plongée reste un plaisir avant tout.

Septembre 2019