

1) La descente n'est pas notée

4) Profil de la plongée

3) Vitesse de remontée maîtrisée au plus tard à 20 m

2) Au signe du moniteur

5) Arrêt franc entre 8 et 6 mètres

Privilégier l'utilisation des gilets

Evolutive au cours de la remontée*

Utilisation des palmes et regonflage est Pénalisant

6) Au signe « Fin d'exercice »
Désolidarisons et déploiement du parachute en gardant niveau d'immersion

Sont éliminatoires :

Un manque de réactivité
A tout moment redescendre de plus de 2 mètres
Percer la surface sans marquer l'arrêt au palier
Comportement impactant la sécurité

Binôme stabilisé à 25 m

Début remontée : « coup de palme » et/ou « gonflage du gilet »

- * Panne d'air (présenter le détendeur à l'assisté)
- * Lâcher du détendeur (Si conscient présenter le détendeur)
- * Perte de conscience