

## **7. PROTOCOLES DES ÉPREUVES EN MILIEU NATUREL DU PLONGEUR 1\***

### **7.1 PRÉREQUIS**

- Être âgé de 14 ans au moins. Si le plongeur n'est pas majeur, le consentement écrit des parents ou du tuteur légal est obligatoire.
- Être membre d'un club affilié à la Lifras ayant statut d'école.
- Être en possession d'un certificat médical de non-contre-indication à la plongée en ordre de validité, avant de débiter les cours théoriques et pratiques.
- Être en possession d'un électrocardiogramme à l'effort (ECG) en ordre de validité, au plus tard avant la première plongée.

### **7.2 ÉPREUVES ET PLONGÉES**

*Après avoir acquis les connaissances théoriques et les compétences pratiques en « Piscine », le plongeur non breveté doit effectuer minimum cinq plongées en « Milieu Naturel » ou minimum six suivant l'exception décrite au point 7.2.1. Le plongeur non breveté est obligatoirement accompagné par un Moniteur Club minimum lors :*

- De la ou des plongée(s) baptême suivant le point 7.2.1.
- De là ou des plongée(s) de contrôle de ses compétences en « Milieu Naturel » suivant le point 7.2.2 (sauf à l'étranger comme expliqué ci-après).

*Ensuite, au plus tôt dès la troisième plongée, le plongeur non breveté est obligatoirement accompagné par un Assistant Moniteur minimum, y compris dans l'attente de l'homologation de son brevet plongeur 1\*.*

*Si le(s) baptême(s) s'est (se sont) bien déroulé(s), au cours des plongées suivantes, les contrôles des compétences, indiquées aux points 7.2.2 à 7.2.4, sont à réaliser. Lors de ces plongées, le candidat est amené à démontrer progressivement les aptitudes acquises en « « Piscine ». Si ces plongées sont réalisées à l'étranger, hors d'une organisation Lifras, le plongeur non breveté est obligatoirement accompagné par un Moniteur CMAS 1\* minimum qui doit avoir pris connaissances et respecter les protocoles Lifras décrits ciaprès.*

*Les conditions de plongée sont :*

- De jour.
- À une profondeur de 15 mètres maximum.
- Dans la courbe sans palier (No Deco).
- En respectant un ratio de 1 instructeur / 1 élève non breveté.
- sur un site de plongée permettant, à tout moment, un retour vertical direct en surface.

### **7.2.1 PLONGÉE(S) BAPTÊME : MC**

**P1.PL1**

*La première plongée en « Milieu Naturel » peut être remplacée par deux plongées en « Fosse ». Dans ce dernier cas, le plongeur doit donc effectuer minimum deux plongées baptême.*

### **7.2.2 VIDAGE DE MASQUE, PASSAGE D'EMBOUT : MC**

**P1.PL2**

*Cette plongée s'effectue en « Milieu Naturel ». Sur un fond de 3 m maximum en fin de plongée, le plongeur non breveté doit démontrer qu'il est capable :*

- *D'effectuer un vidage de masque.*
- *De respirer (trois cycles respiratoires) sur la source d'air secondaire du moniteur, après avoir enlevé son embout, tout en gardant son détendeur en permanence en main.*
- *Suite à l'épreuve de passage d'embout, le candidat maintiendra la source secondaire du moniteur pour effectuer la remontée en surface.*

*Si le contrôle des compétences n'est pas concluant, il est répété sous le contrôle d'un moniteur.*

### **7.2.3 FLOTTABILITÉ ET PALMAGE SURFACE : AM**

**P1.PL3**

*Cette plongée s'effectue en « Milieu Naturel ».*

- *Contrôler en fin de plongée sa flottabilité à la profondeur de 3 m (porter une attention particulière aux risques liés au sur-lestage).*
- *Effectuer en fin de plongée et en surface, 50 m de palmage avec passage du détendeur au tuba et largage de son système de lestage en fin de parcours (le lestage est déposé au bord ou remis à l'encadrant).*

### **7.2.4 ORIENTATION : AM**

**P1.PL4**

*Cette plongée s'effectue en « Milieu Naturel ». Le plongeur non breveté doit démontrer son aptitude à s'orienter sans faire surface en utilisant une technique adaptée.*

*Exemples :*

- *Utilisation du compas.*
- *Une ligne de descente et de remontée.*
- *Repères sous-marin.*

*Note impérative pour les encadrants : lors de cette orientation, le candidat ne devient pas CP mais se limite à indiquer une direction déterminée au briefing.*

### **7.2.5 PLONGÉE : AM**

**P1.PL5**

*Cette plongée s'effectue en « Milieu Naturel ». Cette plongée fait partie des plongées d'expérience que le plongeur non breveté doit avoir à son actif pour pouvoir homologuer son brevet 1\*.*