



Année fédérale 2020

Bienvenue au POP CLUB

Voici quelques informations pour l'inscription au stage du niveau 1, diplôme permettant de plonger au grand récif par exemple, avec un moniteur jusqu'à 20 mètres de profondeur.

HORAIRES

Les activités se dérouleront de la façon suivante :

- ❖ le mardi précédant la formation, au faré de la piscine du CNC de 18H30 à 19H30 :
 - Contact avec le responsable de stage et l'équipe d'encadrement.
 - Mise au point des week-ends.
 - Préparation du matériel, essais des gilets
- ❖ Les samedis et dimanches sur deux week-end :
 - 3 à 4 demi-journées à la plage de la Baie des Citrons suivant RDV
 - une journée en mer en fin de stage.

CONTENU DES COURS

- ★ Il s'agit du programme de la Fédération Française d'Etudes et de Sports Sous Marins (FFESSM).
- ★ L'examen se passe en contrôle continu et ne s'apprécie pas au nombre de séances faites, mais à l'aisance dans l'eau, à la parfaite maîtrise du matériel et à la connaissance des signes de sécurité.
- ★ Il ne s'agit pas seulement de « savoir » et de « savoir faire », mais d'automatiser les exercices et d'acquérir les bons réflexes.

CONTENU DES PRESTATIONS

- ★ Fourniture des bouteilles, du détendeur et du gilet.
- ★ Cours pratiques qui sont prévus sur deux week-ends, mais qui peuvent, si nécessaire, durer plus longtemps, le but étant d'atteindre le niveau 1.
- ★ Cours théoriques dispensés au fur et à mesure de la formation pratique.
- ★ Délivrance du carnet et du passeport de plongée.
- ★ Délivrance du diplôme FFESSM et de la carte double face FFESSM / CMAS.

PARTICIPATION

Financière

18 000 F, c'est un forfait. Il faudra prévoir en plus, si ce n'est pas déjà fait, de prendre la licence de la Fédération Française d'Etudes et des Sports Sous-Marins, une assurance complémentaire et s'inscrire au club.

Matérielle

Chaque stagiaire apportera

- palmes, masque et tuba.
- une combinaison.
- si possible, une ceinture avec des plombs.
- s'il le souhaite, à grignoter et à boire pour la pause-café !

Solidaire

Chaque stagiaire aidera au fonctionnement du club (rinçage du matériel et rangement dans le local ou dans le camion, ...).

Le POP Club est un club de plongée associatif, tout le monde est bénévole et participe selon ses capacités, sa formation, ses idées et son courage. Chacun y trouvera donc tout ce qu'il y apportera, l'amitié des Popines et des Popins, l'amour de la mer et de tout ce qui l'habite.

Le Président