



Livret Formation

Plongeur PE40



Merci

Bonne Plongée

A Bientôt



50 Bd Franck Pilate 06300 NICE

04 93 89 23 33

06 75 79 13 12

Contact : Sylvain HUDRY

mail:plongeeaignautique@gmail.com

http://aignautique.free.fr

Stagiaire

N° Licence :

Nom :

Prénom :

Date de naissance :

Adresse :

Code Postal :

Ville :

Téléphone :

Personne à contacter :



Observation

Validation PE40

Date :

Moniteur :



PE40 - Séance 8			
Date :	Profondeur :	m	Durée : mn
Site :	Moniteur :		
A Quai			Réalisé
Procédure décompression simple, successive si plongée 2			
A la Descente			Réalisé
En pleine eau, maîtrise sa vitesse en suivant le GP			
Zone 40 m			Réalisé
Arriver au fond équilibré			
Evoluer stabilisé			
Evoluer en toute sécurité			
Remontée individuelle gilet 40 à 5m en 2mn20 + tour horizon			
Zone Mi-Profondeur			Réalisé
Maintenir du palier de 5mn, stabilisé, sans variation prof			
Calcul procédure décompression			
Zone Palier			Réalisé
Maintenir un palier, stabilisé, sans variation prof, gilet vide			
Sortir parachute			

PE40 - Séance 1			
Date :	Profondeur :	m	Durée : mn
Site :	Moniteur :		
A Quai			Réalisé
Choisir son équipement, gréer et contrôler son scaphandre			
Communication signes et stock air			
REC (Remontée sur Expiration Contrôlée)			
LRE (Lâcher Reprise d'Embout)			
VDM (Vidage De Masque)			
Stabilisation avec PB (Poumon-Ballast) et gilet			
Se positionner (plongeur + matériel) sur le bateau			
Mise à l'Eau			Réalisé
Bascule arrière en scaphandre			
En Surface			Réalisé
Immersion en phoque			
A la Descente			Réalisé
Descendre à la vitesse du moniteur			
Equilibrer les oreilles, souffler par le nez			
En Immersion			Réalisé
REC - de 6m à 0m, remonter à la palme, gilet vide			
LRE - zone 3 - 6m, déplacement sans variation profondeur			
VDM - zone 3 - 6m, stabilisé, avec retrait masque			
Communiquer			
Evoluer stabiliser avec PB (Poumon-Ballast) et gilet			
Evoluer en toute sécurité			
Rester proche			
Evoluer à la même profondeur du moniteur			
Rester dans champ de vision moniteur, en cas d'intervention			
Zone 3 m			Réalisé
Maintenir un palier, stabilisé, sans variation prof, gilet vide			
A la Remontée			Réalisé
Remonter à la vitesse du moniteur, tour horizon et signe OK			
A Quai			Réalisé
Dégréer, rincer (désinfecter) et ranger son équipement			

PE40 - Séance 2			
Date :	Profondeur :	m	Durée : mn
Site :	Moniteur :		
A Quai			Réalisé
Communication assistance et paliers			
Panne air - fournir air avec octopus			
Panne air - fournir air, respirer à 2 sur 1 détendeur			
Assistance essoufflement sur signe			
Assistance ça ne va pas sur signe			
Remontée individuelle gilet			
Parachute			
Procédure décompression simple, successive si plongée 2			
Procédure décompression anormale remontée rapide			
Zone 20 m			Réalisé
Panne air - fournir air avec octopus, sans variation prof			
Panne air - fournir air, respirer à 2 sur 1 détendeur, pas prof			
Assistance essoufflement sur signe, statique			
Assistance ça ne va pas sur signe, statique			
Remontée individuelle gilet de 20 à 15m en 20s			
Remontée individuelle gilet de 15 à 10m en 20s			
Remontée individuelle gilet de 10 à 5m en 20s + tour horizon			
Zone Mi-Profondeur			Réalisé
Maintenir du palier de 5mn, stabilisé, sans variation prof			
Calcul procédure décompression			
Zone Palier			Réalisé
Maintenir un palier, stabilisé, sans variation prof, gilet vide			
Sortir parachute après fin de paliers			

PE40 - Séance 7			
Date :	Profondeur :	m	Durée : mn
Site :	Moniteur :		
A Quai			Réalisé
Communication assistance et paliers			
Assistance essoufflement sur signe ou comportement			
Assistance narcose sur signe ou comportement			
Assistance malaise sur signe ou comportement			
Procédure décompression simple, successive si plongée 2			
A la Descente			Réalisé
En pleine eau, maîtrise sa vitesse en suivant le GP			
Zone 40m			Réalisé
Assistance essoufflement, prise évolutive			
Assistance narcose, prise évolutive			
Assistance malaise, prise évolutive			
Remontée individuelle gilet 40 à 5m en 2mn20 + tour horizon			
Zone Mi-Profondeur			Réalisé
Maintenir du palier de 5mn, stabilisé, sans variation prof			
Calcul procédure décompression			
Zone Palier			Réalisé
Maintenir un palier, stabilisé, sans variation prof, gilet vide			
Sortir parachute			

Validation Séance 7		Validé
Assistance essoufflement, prise évolutive		
Assistance narcose, prise évolutive		
Assistance malaise, prise évolutive		
Remontée individuelle gilet 40 à 10m en 2mn + tour horizon		

PE40 - Séance 6	
Date :	Profondeur : m Durée : mn
Site :	Moniteur :
A Quai	Réalisé
Communication assistance et paliers	
Panne air - fournir air avec octopus puis à 2 sur 1 détendeur	
Assistance essoufflement sur signe ou comportement	
Assistance ça ne va pas sur signe ou comportement	
Assistance narcose sur signe ou comportement	
Assistance malaise sur signe ou comportement	
Procédure décompression simple, successive si plongée 2	
A la Descente	Réalisé
En pleine eau, maîtrise sa vitesse en suivant le GP	
Zone 30 m	Réalisé
Panne air - fournir air avec octopus, prise évolutive	
Assistance essoufflement, prise évolutive	
Assistance ça ne va pas, prise évolutive	
Assistance narcose, prise évolutive	
Assistance malaise, prise évolutive	
Remontée individuelle gilet 30 à 5m 1mn40 + tour horizon	
Zone Mi-Profondeur	Réalisé
Maintenir du palier de 5mn, stabilisé, sans variation prof	
Calcul procédure décompression	
Zone Palier	Réalisé
Maintenir un palier, stabilisé, sans variation prof, gilet vide	
Sortir parachute	

PE40 - Séance 3	
Date :	Profondeur : m Durée : mn
Site :	Moniteur :
A Quai	Réalisé
Communication assistance et paliers	
Panne air - fournir air avec octopus puis à 2 sur 1 détendeur	
Assistance essoufflement sur signe	
Assistance ça ne va pas sur signe	
Remontée individuelle gilet	
Procédure décompression simple, successive si plongée 2	
Procédure décompression anormale remontée rapide	
Zone 20 m	Réalisé
Panne air - fournir air avec octopus puis à 2 sur 1 détendeur	
Assistance essoufflement sur signe, statique	
Assistance ça ne va pas sur signe, statique	
Remontée individuelle gilet de 20 à 10m en 40s	
Remontée individuelle gilet de 10 à 5m en 20s +tour horizon	
Zone Mi-Profondeur	Réalisé
Maintenir du palier de 5mn, stabilisé, sans variation prof	
Calcul procédure décompression	
Zone Palier	Réalisé
Maintenir un palier, stabilisé, sans variation prof, gilet vide	
Sortir parachute après fin de paliers	

Validation Séance 6	Validé
Panne air - fournir air avec octopus, prise évolutive	
Assistance ça ne va pas, prise évolutive	

PE40 - Séance 4			
Date :	Profondeur :	m	Durée : mn
Site :	Moniteur :		
A Quai			Réalisé
Communication assistance et paliers			
Panne air - fournir air avec octopus puis à 2 sur 1 détendeur			
Assistance essoufflement sur signe			
Assistance ça ne va pas sur signe			
Remontée individuelle gilet			
Procédure décompression simple, successive si plongée 2			
Procédure décompression anormale remontée rapide			
Zone 20 m			Réalisé
Panne air - fournir air avec octopus en déplacement			
Assistance essoufflement sur signe, statique + déplacement			
Assistance ça ne va pas sur signe, statique + déplacement			
Remontée individuelle gilet 20 à 5m en 1mn + tour horizon			
Zone Mi-Profondeur			Réalisé
Maintenir du palier de 5mn, stabilisé, sans variation prof			
Calcul procédure décompression			
Zone Palier			Réalisé
Maintenir un palier, stabilisé, sans variation prof, gilet vide			
Sortir parachute après fin de paliers			

PE40 - Séance 5			
Date :	Profondeur :	m	Durée : mn
Site :	Moniteur :		
A Quai			Réalisé
Communication assistance et paliers			
Panne air - fournir air avec octopus puis à 2 sur 1 détendeur			
Assistance essoufflement sur signe ou comportement			
Assistance ça ne va pas sur signe ou comportement			
Assistance narcose sur signe ou comportement			
Assistance malaise sur signe ou comportement			
Procédure décompression simple, successive si plongée 2			
A la Descente			Réalisé
En pleine eau, maîtrise sa vitesse en suivant le GP			
Zone 30 m			Réalisé
Panne air - fournir air avec octopus, prise évolutive			
Assistance essoufflement, prise évolutive			
Assistance ça ne va pas, prise évolutive			
Assistance narcose, prise évolutive			
Assistance malaise, prise évolutive			
Remontée individuelle gilet 30 à 5m 1mn40 + tour horizon			
Zone Mi-Profondeur			Réalisé
Maintenir du palier de 5mn, stabilisé, sans variation prof			
Calcul procédure décompression			
Zone Palier			Réalisé
Maintenir un palier, stabilisé, sans variation prof, gilet vide			
Sortir parachute après fin de paliers			

Validation Séance 5		Validé
Procédure décompression anormale remontée rapide		
Parachute, zone paliers		