

STAGE ENCADRANTS ET NIVEAU 4 : SECURITE EN POIDS CONSTANT 7 - 8 - 9 avril 2012

Lieu :

Hendaye (Base Fédérale d'Hendaye - <http://www.plongee-hendaye.net>)

Objectif du stage :

**Stage sur la sécurité en poids constant
(Préparation, logistique, organisation, mise en pratique,...) et rappel sur le RIFAA**

1 sortie par jour sur le bateau semi-rigide de la base Fédérale (12 personnes Maxi)

Hébergement :

Village vacances : SASCOENEA – rue Ansoenia – 64700 HENDAYE

Conditions :

- Mobilhome 4/6 personnes : (1 chambre avec grand lit, 1 chambre avec deux petits lits et le canapé ... dans le salon.



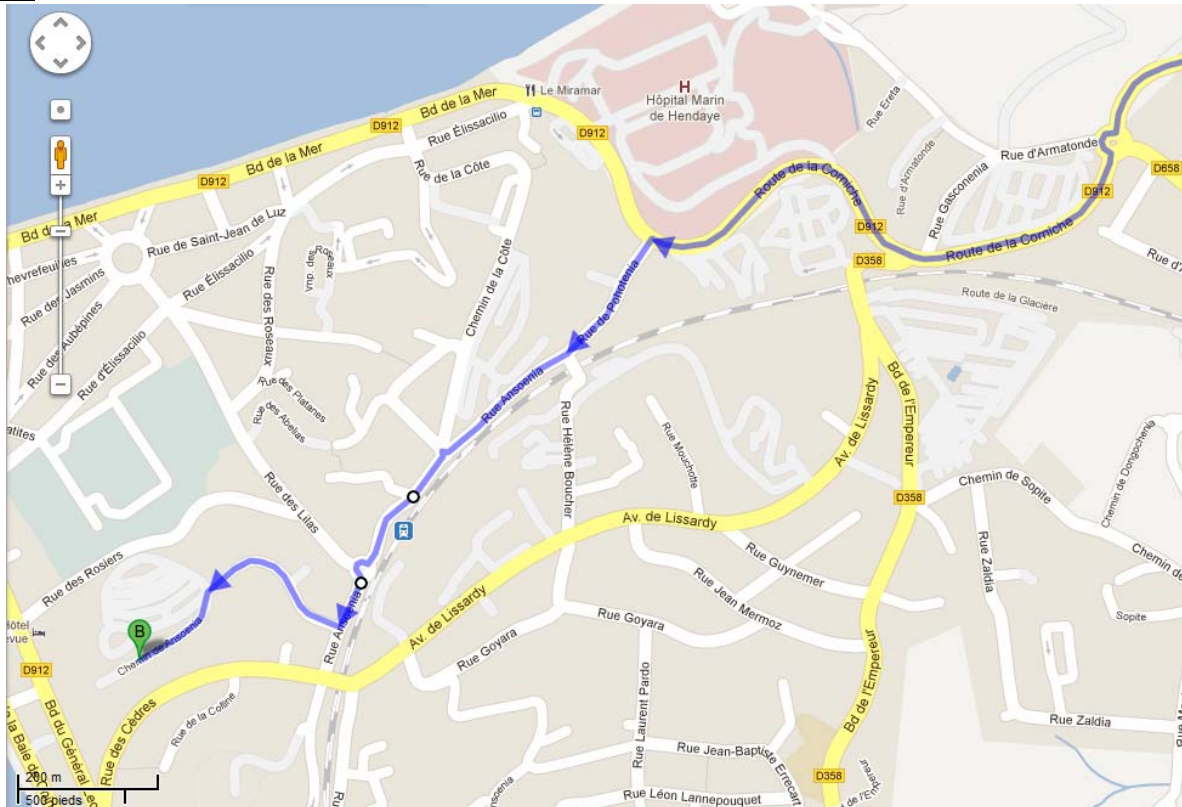
Cout du stage :

140 € par stagiaire pour les trois jours (Ce prix comprend le stage, l'hébergement, la location du bateau et la disponibilité des installations pour les cours dans la base Fédérale).
Ce prix ne comprend pas les repas et collations qui sont à prévoir.

Programme :

	Samedi 7	Dimanche 8	Lundi 9
9h	Accueil Présentation Tour de table	Théorie : Rappel RIFAA avec Thierry Dupont	Sortie en mer organisation, sécurité,
12h	1 ^{er} cours sur longe et sécu simple	Exercices sur mannequin	
12h	Sortie rodage (3 h) en vertical	Sortie profonde (3 h) Utilisation du contre-poids	Sortie Profonde (2 h) Mise en pratique Marseillaise
15h	Casse-croûte	Casse-croûte	
15h	Temps libre (*)	Temps libre (*)	Casse-croûte
17h			Bilan Final
17h	Cours sur contre-poids Marseillaise	Sortie rando palmée Au Cap au Higuier	
19h	Discussions		
20h	Dîner	Dîner	
23h	Echanges	(Village ou à l'extérieur)	

Itinéraire :



1. Prendre la direction **sud-ouest** sur **Route de la Corniche/D912**
Traverser le rond-point 1,3 km
2. Prendre à gauche sur **Rue de Pohotenia** 210 m
3. Continuer sur **Rue Ansoenia**
Traverser 2 ronds-points 550 m
4. Tourner à droite vers **Chemin de Ansoenia**
Voie avec portions à accès limité 250 m
5. Prendre légèrement à gauche sur **Chemin de Ansoenia**
Voie à accès limité => Chemin de Ansoenia 150 m

Contact :

Sébastien Laplagne sebastien.laplagne@free.fr / slaplagne@otce.fr
Benoit Martin chezbenoitmartin@yahoo.fr

Base Fédérale d'Hendaye

39 avenue de Lissardy
64700 HENDAYE
Tél 05 59 48 07 18 - Port 06 88 90 85 04 - centre@plongee-hendaye.ne

Encadrants :

Benoit MARTIN (MEF2, juge fédéral Poids constant)
Thierry DUPONT (MEF2)
Sébastien LAPLAGNE (MEF1)

Pièces jointes :

Fiche stagiaire « CIALPC_Fiche stagiaire.pdf »
Bulletin d'inscription