

Envie de découvrir les fonds marins ?

Rejoignez l'ASAL subaquatique !

SE FORMER À LA PLONGÉE SOUS-MARINE

Découvrez la vie sous-marine, les reliefs et les épaves autour de l'île de Groix

Conditions d'accès	→ Présenter un certificat médical d'absence de contre-indication à la plongée de moins d'un an (tous médecins, y compris généraliste)
Tarifs	Adhésion au club : 180 euros comprenant : Licence FFESSM (43 euros) Licence FDC (17 euros) Cotisation club (120 euros) Réduction famille : - 18 euros
Plongée en mer	11 euros la plongée bateau Plongée du bord gratuite 3 euros la location du gilet stabilisateur <i>Inscription aux plongées via le site internet</i>
Nage d'hiver en piscine	Les mardis soir de 20h50 à 22h30 à la piscine Océanis Les samedis après-midi de 15h à 17h à la piscine Bois du Chateau <i>Activité comprise dans le tarif d'adhésion au club</i>
Plongée sportive en piscine	Les samedis après-midi de 13h à 15h à la piscine Bois du Chateau <i>Activité comprise dans le tarif d'adhésion au club</i>
Autres activités	Initiation et perfectionnement à l'archéologie et à la biologie sous-marine <i>Activités comprises dans le tarif d'adhésion au club</i>

SE FORMER À LA PLONGÉE SOUS-MARINE

Formez-vous du niveau débutant au monitorat !

NIVEAU 1

Plongez jusqu'à 20m encadré par un moniteur

Conditions d'entrée en formation	<ul style="list-style-type: none">→ Présenter un certificat médical d'absence de contre-indication à la plongée de moins d'un an (tous médecins, y compris généraliste)→ Être âgé de 14 ans minimum
Tarifs	<p>Adhésion au club : 180 euros comprenant : Licence FFESSM (43 euros) Licence FDC (17 euros) Cotisation club (120 euros)</p> <p>+ Formation N1 : 140 euros Soit 320 euros</p>
Entraînement en piscine	D'octobre à avril, 1 vendredi sur 2 de 20h à 22h
Plongée en mer	Validation du niveau : 4 sorties en mer à partir de mai, suivant les conditions météo
Matériel	<p>Pour la formation, gilet stabilisateur, bouteille et détendeur sont fournis. Le préparant doit avoir au moins son masque, ses palmes avec chaussons et son tuba pour la piscine, puis pour la mer il faut également une combinaison de plongée intégrale avec cagoule 7 mm et une ceinture de plomb avec les plombs adaptés. La lampe est facultative mais conseillée.</p> <p>Pour les explorations, chacun vient avec son masque, sa combi, ses plombs et ses palmes avec chaussons. Le club prête stab et bouteille. La location du gilet stabilisateur est de 3 euros par plongée.</p>

NIVEAU 2

Plongez en autonomie jusqu'à 20m et jusqu'à 40m encadré par un moniteur

Conditions d'entrée en formation	<ul style="list-style-type: none">→ Présenter un certificat médical d'absence de contre-indication à la plongée de moins d'un an (tous médecins, y compris généraliste)→ Être âgé de 16 ans minimum→ Avoir effectué minimum 10 plongées entre le N1 et le N2
----------------------------------	--

Tarifs	Adhésion au club : 180 euros comprenant : Licence FFESSM (43 euros) Licence FDC (17 euros) Cotisation club (120 euros) + Formation N2 : 210 euros Soit 390 euros
Entrainement en piscine	D'octobre à avril, 1 vendredi sur 2 de 20h à 22h
Plongée en mer	Validation du niveau : 10 sorties en mer à partir de mai, suivant les conditions météo

NIVEAU 3

Plongez en autonomie jusqu'à 60m et organisez des plongées entre N3

→ Pas de formation N3 organisée cette année au club (en alternance un an sur deux)

Initiateur E1/E2

Enseignez la plongée en piscine et en mer

Conditions d'entrée en formation	<ul style="list-style-type: none">→ Présenter un certificat médical d'absence de contre-indication à la plongée de moins d'un an (tous médecins, y compris généraliste)→ Être âgé de 18 ans minimum→ Être titulaire du brevet N2→ Avoir effectué minimum 12 plongées en autonomie
Tarifs	<p>Adhésion au club : 180 euros comprenant : Licence FFESSM (43 euros) Licence FDC (17 euros) Cotisation club (120 euros)</p> <p>+ Formation initiateur : tarif CODEP (environ 150 euros)</p>
Entraînement en piscine	D'octobre à mars : les vendredis et jeudis soir
Plongée en mer	/