

## Plongée guidée à 60 m Certification de Plongeur Encadré 60 m (PE60)

### PROFIL

La certification de Plongeur Encadré à 60 m (PE60) permet de réaliser des plongées d'exploration :

- Jusqu'à 60 m de profondeur, au sein d'une palanquée, avec un Guide de Palanquée (minimum GP-N4 jusqu'à 40m, E4 jusqu'à 60m) qui prend en charge la conduite de la plongée. .

Ces plongées sont réalisées dans le cadre d'une organisation sécurisée, mise en place par un Directeur de Plongée (DP), selon les règles définies par le Code du Sport (CdS).

### ACCESSIBILITE - DEROULEMENT DE LA FORMATION

Ce brevet est accessible à partir de 18 ans.

Le brevet de plongeur Niveau 2 (N2) FFESSM (ou certification dont les aptitudes sont jugées équivalentes) ainsi qu'au moins 20 plongées, dont au moins 5 à la profondeur de 40 m, validées en milieu naturel sont requis pour suivre cette formation.

Un certificat médical de non contre-indication à la préparation et à la délivrance du brevet visé, établi par tout médecin datant de moins de 1 an est requis.

La formation à la certification de Plongeur Encadré 60 m (PE60) se déroule dans le cadre des règles générales des certifications de la FFESSM. Plus d'informations dans la partie « Règles générales des certifications de la FFESSM (formation et délivrance) ».

### CONTENU DE LA FORMATION - COMPETENCES

A l'issue d'une formation progressive et adaptée, le Plongeur Encadré à 60 m (PE60) possède les compétences suivantes :

## Plongée guidée à 60 m Certification de Plongeur Encadré 60 m (PE60)



### C1 UTILISER L'EQUIPEMENT DE PLONGEE

- S'équiper, vérifier, adapter son équipement de façon autonome :
  - Combinaison, lestage, bloc, gilet, détendeur, Octopus, pression.
- Aider, vérifier l'équipement d'un équipier :
  - Bloc, gilet, détendeur, Octopus, pression.
- Diagnostiquer, remédier aux pannes courantes :
  - Bloc, gilet, détendeur, Octopus.
- Entretien du matériel :
  - Bloc, gilet, détendeur, Octopus.
- Embarquer sur un navire support de plongée :
  - Précaution de manipulation et de portage du matériel, rangement sur le bateau.



### C2 EVOLUER EN ENVIRONNEMENT AQUATIQUE ET SUBAQUATIQUE

- Se mettre à l'eau ; s'immerger :
  - Saut droit, bascule arrière, équipement dans l'eau, échelle ; phoque, canard.
- Se déplacer ; s'équilibrer :
  - Palmage ventral, dorsal (50 m); lestage, poumon-ballast, gilet de stabilisation.
- Se ventiler :
  - Ventilation contrôlée (expiration active), lâcher/reprise d'embout, vidage de masque.
- Descendre, remonter :
  - Méthodes d'équilibration, régulation vitesse (gilet), prévention des incidents ; remontée contrôlée (gilet/palmes).



### C3 EVOLUER EN PALANQUEE GUIDEE

- Respecter les consignes, se positionner :
  - Maintien profondeur, poumon-ballast, gilet de stabilisation ; distance d'évolution.
- Surveiller et signaler ses paramètres :
  - Manomètre, ordinateur, consommation.

## Plongée guidée à 60 m Certification de Plongeur Encadré 60 m (PE60)



### **C6 PARTICIPER A LA SECURITE EN PLONGEE**

- Demander l'aide du Guide de Palanquée (GP) :
  - Communication, reconnaissance et prise du détenteur secours.
- Identifier une situation anormale ; aider un équipier :
  - Surveillance équipiers (consommation, position, palmage.), interprétation de signes, utilisation de l'Octopus.
- Adapter, contrôler son évolution :
  - Suivre l'évolution, rester dans le champ visuel du Guide de Palanquée (GP), éventuellement mettre le parachute de signalisation.



### **C7 CONNAITRE ET RESPECTER L'ENVIRONNEMENT MARIN**

- Découvrir et identifier les principales espèces rencontrées :
  - Principales espèces rencontrées dans la zone d'évolution.
- Avoir une attitude de plongeur responsable :
  - Approche, poumon-ballast, gilet de stabilisation, palmage, éclairage, positionnement, discrétion.



### **C8 CONNAISSANCES EN APPUI DES COMPETENCES**

- Connaître la réglementation relative à la pratique, aux prérogatives et la FFESSM :
  - Licence, certificat médical, carte de niveau, Code du Sport (CdS) ; le club, informations fédérales.
- Comprendre et appliquer les mesures de prévention :
  - Barotraumatismes, Accident De Décompression (ADD), essoufflement, narcose, froid, dangers du milieu.
- Connaître et appliquer les procédures de décompression :
  - Conditions d'utilisation (ordinateur - tables), planification (ordinateur), procédures de remontées anormales.
- Calculer une quantité d'air disponible et déterminer les paramètres de plongée :
  - Notions simples de physique.