

Formation et examen de guide de palanquée N4 2015

CoDep 95

Fiche de renseignements

Les places étant limitées à 20, nous vous demandons de bien vouloir vous préinscrire par mail à l'adresse suivante : jeanluc.largeau@gmail.com

Les dossiers d'inscription seront collectés lors de la réunion de présentation du **8 novembre 2014**.

<p><i>Photo à coller impérativement</i></p>	Nom : Mr <input type="checkbox"/> Mme <input type="checkbox"/> Mlle <input type="checkbox"/>
	Prénom :
	Adresse :
	Code postal : Ville :
	Né (e) le :/...../..... à :
	Téléphone : Mobile :
	Email :
	N° du Club : Nom du club :
	N° Licence : Tuteur :
	Date du N3 :/...../.....
Nbre de plongées :	
Entre 20m et 40m :	
Entre 40m et 45m :	
Au-delà de 45m :	

Copies des pièces à joindre au dossier : Licence, certificat médical, carte N3 et carte RIFAP.

Fait à : le/...../.....

Signature :

COMITE DEPARTEMENTAL DE PLONGEE
SUBAQUATIQUE DU VAL- D'OISE

Siège social : Piscine de Taverny 141 rue d'Herblay 95150 Taverny
ASSOCIATION DECLAREE - LOI du 1 er JUILLET 1901

Description de la formation

Soirée d'inscription

Nous vous donnons rendez-vous le **Samedi 8 Novembre à 17h00** à la fosse de Conflans Ste Honorine pour une présentation du stage et la prise en compte de votre inscription.

Cours de théorie

11 matinées seront consacrées aux différents thèmes du cursus.

Les séances auront lieu le samedi matin au CDFAS d'Eaubonne (www.cdfas.com) de **8h15 à 12h30**

Adresse : 64 Rue des Bouquinilles, 95600 Eaubonne

Téléphone : 01 34 27 28 50

Planning des cours :

Dates	Thèmes
13/12/14	Réglementation, présentation des épreuves, cursus du GP (MFT)
10/01/15	Physique (Force et pression, Mariotte, Archimède, Charles/Gay-Lussac)
31/01/15	Physique (Henry et éléments de calcul de table)
07/02/15	Anatomie/Physiologie (Oreille/Sphère ORL, ventilation, circulation)
28/02/15	Anatomie/Physiologie (Système nerveux, Le froid), Préparation Physique
14/03/15	Accidents (Barotraumatismes, biochimiques, Syncope et PCM Apnée)
28/03/15	Accidents (Essoufflement, Surpression pulmonaire, ADD)
11/04/15	La conduite de palanquée et le rôle du GP
30/05/15	Décompression (Utilisation des tables, les ordinateurs de plongée)
13/06/15	Décompression (Altitude, Utilisation de l'oxygène en plongée)
27/06/15	Matériel (Détendeurs, bilan des forces, compensation, compresseur, blocs)

Un suivi périodique sera assuré par la commission technique tout au long de votre préparation sous la forme de différents QCM.

Séances RSE en fosse

Une séance d'évaluation vous sera proposée à la fosse de Conflans St Honorine en début de formation au cours de laquelle les MF2 du Codep seront disponibles pour vous donner les critères de réalisation de cette épreuve afin que vous puissiez travailler par la suite avec votre tuteur.

Plusieurs dates vous seront proposées pour cette séance afin de répartir le nombre de stagiaires sur trois créneaux durant lesquels **nous vous conseillons de venir avec votre tuteur.**

Préparation physique

Une soirée par semaine à partir du mois de mai, aux étangs de Cergy, sera consacrée au travail du mannequin et de la nage capelée (prise et suivi d'amers, travail fractionné....)

Stage initial Guide de palanquée N4

Un stage initial de **4 jours** sera organisé au mois de mai au cours duquel vous aurez l'occasion de travailler tous les épreuves de l'examen et de **valider éventuellement certaines des aptitudes** exigées pour participer à ce dernier.

Le nombre de place étant limité sur ce stage, seules les 12 premières inscriptions seront prises en comptes.

Les modalités et le coût de ce stage vous seront communiqués lors de la journée de présentation et d'inscription à la formation Guide de palanquée.

Stage final et examen du Guide de palanquée N4

L'examen anticipé de Théorie se déroulera la journée du **Dimanche 20 septembre 2015**.

Le stage final d'une semaine sera organisé du **Samedi 3 au Samedi 12 octobre 2015** à Galeria.

Coût de la formation

Formation Guide de palanquée

Le Comité départemental accorde une subvention répartie sur l'ensemble des stagiaires du Codep.

Le prix de cette formation est de **950€**, subvention du CoDep déduite, ou **1150€** pour les stagiaires externes au Codep95 payable en trois fois à partir du mois de novembre.

Ce tarif comprend :

- Les cours de théorie
- La séance RSE en fosse
- Les séances de préparation physique à Cergy
- L'examen de théorie¹
- Le stage final et à l'examen avec le transport, les plongées, l'hébergement et les repas
- La carte fédérale de Guide de palanquée

Stage Initial

Le coût **prévisionnel** de ce stage est de **550€** pour le moment car le prix définitif dépendra en partie du nombre de stagiaires. Le coût réel vous sera communiqué lors de la soirée d'inscription.

Ce tarif comprend :

- 8 plongées
- 4 nuits en pension complète

Ce tarif ne comprend pas :

- Le transport
- Le dîner du soir de l'arrivée

Remboursement éventuel des stages

Le remboursement de votre inscription sera en fonction de la date d'annulation par rapport au jour du départ du stage final.

Annulation avant :	Sommes retenues
190j	450 €
120j	650 €
90j	850 €
Après 90j	La totalité

¹ Coût du déjeuner de 10€ en supplément

Contacts / Informations

Commission technique

Maxime MOUTREUIL
Président
Tél. : 06.78.14.93.04
Max.moutreuil@gmail.com

Jean-Luc LARGEAU
Président adjoint
Responsable formation N4/GP
Tél. : 06.21.29.18.04
Jeanluc.largeau@gmail.com

Informations utiles

Informations	Liens
CoDep95	www.codep95plongee.fr
FFESSM (Licenciés)	http://www.ffessm.fr/accueil_licencie.asp
CTN (Actualité)	www.ffessm.fr/pagectn.asp?pages_numero=219
CTR Idf/Picardie	www.ffessm-ctridf.fr/accueil/acc-ctr.php
Cursus GP (MFT)	www.ffessm.fr/gestionenligne/manuel/10_Guide_de_Palanquee_N4.pdf
Code du sport (MFT)	www.ffessm.fr/gestionenligne/manuel/34_Code_du_sport_2012_mep_CTN.pdf
Réalisation Mannequin	www.ffessm-ctridf.fr/formations/Niveau%20IV/Niv4-fich-tech-mannequin.pdf
Evaluation mannequin	www.ffessm-ctridf.fr/formations/Niveau%20IV/epreuve-mannequin-N4.xls
Annales GP N4	www.ffessm-ctridf.fr/formations/acc-formations.php

**COMITE DEPARTEMENTAL DE PLONGEE
SUBAQUATIQUE DU VAL- D'OISE**

Siège social : Piscine de Taverny 141 rue d'Herblay 95150 Taverny
ASSOCIATION DECLAREE - LOI du 1^{er} JUILLET 1901