

Plongeur Argent - Séance 4	Stagiaire			
	1	2	3	4
A Quai	Réalisé			
Reprise détendeur principal				
Passage sur son octopus				
Panne air - recevoir air avec octopus				
En Surface	Réalisé			
Immersion en coulée expiratoire				
Zone 3 - 6 m	Réalisé			
VDM - avec appui, avec retrait masque				
Reprise détendeur, déplacement, sans variation profondeur				
Passage octopus, déplacement, sans variation profondeur				
Panne air - recevoir air avec octopus en déplacement				
Panne air - recevoir air avec octopus en remontant				
En immersion	Réalisé			
Ajuster sa flottabilité avec le gilet et le poumon ballast				

Validation Séance 4	Validé			
VDM - Zone 3-6m, avec appui, avec retrait masque				
Panne air - recevoir air avec octopus				
Communiquer stock d'air (mi-pression et réserve)				
Evoluer même profondeur moniteur lors descente				
Evoluer même profondeur moniteur en immersion				
Evoluer même profondeur moniteur lors remontée				
Rester proche				
Rester dans champ de vision moniteur, en cas d'intervention				

Plongeur Argent - Séance 1	Stagiaire			
	1	2	3	4
A Quai	Réalisé			
Choisir son équipement				
Gréer son scaphandre avec aide, contrôler son scaphandre				
Signes ok, ça ne va pas, équilibrer oreille, souffler nez, expirer				
VDM (Vidage De Masque) - avec masque				
Se positionner (plongeur + matériel) sur le bateau				
Mise à l'Eau	Réalisé			
A l'échelle en PMT				
En Surface	Réalisé			
Palmage - en ventral, sur 100m, en PMT				
Palmage - en dorsal, sur 100m, en PMT				
Capeler				
VDM - avec masque sans eau				
S'immerger à l'aide de la purge lente				
A la Descente	Réalisé			
Descendre à la vitesse du moniteur				
Equilibrer les oreilles, souffler par le nez				
Zone 0 - 2 m	Réalisé			
VDM - avec appui, avec masque, sans eau				
En immersion	Réalisé			
Communiquer				
Rester proche				
Evoluer à la même profondeur du moniteur				
Rester dans champ de vision moniteur, en cas d'intervention				
A la Remontée	Réalisé			
Remonter à la vitesse du moniteur, tour horizon et signe OK				
En Surface	Réalisé			
Gilet - gonfler le gilet				
Décapeler				
A Quai	Réalisé			
Dégréer son scaphandre avec aide				
Rincer (procédure désinfection) et ranger son équipement				

Plongeur Argent - Séance 2	Stagiaire			
	1	2	3	4
A Quai	Réalisé			
Gréer son scaphandre avec aide				
REC (Remontée sur Expiration Contrôlée)				
LRE (Lâcher Reprise d'Embout)				
Mise à l'Eau	Réalisé			
Bascule arrière en PMT sans lestage				
En Surface	Réalisé			
Immersion en PMT avec le PB sur expiration profonde				
Capeler				
Palmage - en ventral, sur 50m, en scaphandre				
Palmage - en dorsal, sur 50m, en scaphandre				
REC - en déplacement				
LRE - statique				
Immersion en phoque				
Zone 0 - 2 m	Réalisé			
REC - avec appui				
VDM - avec appui, avec masque, un peu d'eau				
VDM - avec appui, avec masque, à moitié rempli				
LRE - avec appui				
Zone 3 - 6 m	Réalisé			
REC - déplacement, sans variation profondeur				
En Surface	Réalisé			
Gilet - gonfler le gilet				
Décapeler				
A Quai	Réalisé			
Dégréer son scaphandre avec aide				

Validation Séance 2	Validé			
Gréer et dégréer son scaphandre avec aide				
Capeler et Décapeler en surface				
Gilet - gonfler le gilet lors retour surface				

Plongeur Argent - Séance 3	Stagiaire			
	1	2	3	4
A Quai	Réalisé			
Communication gestion d'air				
PB (Poumon Ballast)				
Gilet				
DBN (Dissociation Bucco Nasale)				
Mise à l'Eau	Réalisé			
Saut droit en PMT, sans lestage				
En Surface	Réalisé			
Immersion en canard en PMT				
Mise à l'Eau	Réalisé			
Bascule arrière en scaphandre				
En Surface	Réalisé			
DBN - sans masque en statique et en déplacement				
Immersion en phoque				
Zone 3 - 6 m	Réalisé			
REC - de 6 à 3m, remonter à la palme, gilet vide				
VDM - avec appui, avec masque, à moitié rempli				
VDM - avec appui, avec masque, rempli en entier				
LRE - déplacement, sans variation profondeur				
PB - allongé sur fond de 5m, pivot sur palme				
PB - changement position (dos, ventre), sans variation prof				
Gilet - gonfler gilet, utilisation purge suivant position				
En immersion	Réalisé			
Ajuster sa flottabilité avec le gilet et le poumon ballast				
Communiquer sur stock d'air (mi-pression et réserve)				

Validation Séance 3	Validé			
Bascule arrière en scaphandre				
Immersion en phoque				
REC - de 6 à 3m, remonter à la palme, gilet vide				
LRE - Zone 3-6m, déplacement, sans variation profondeur				