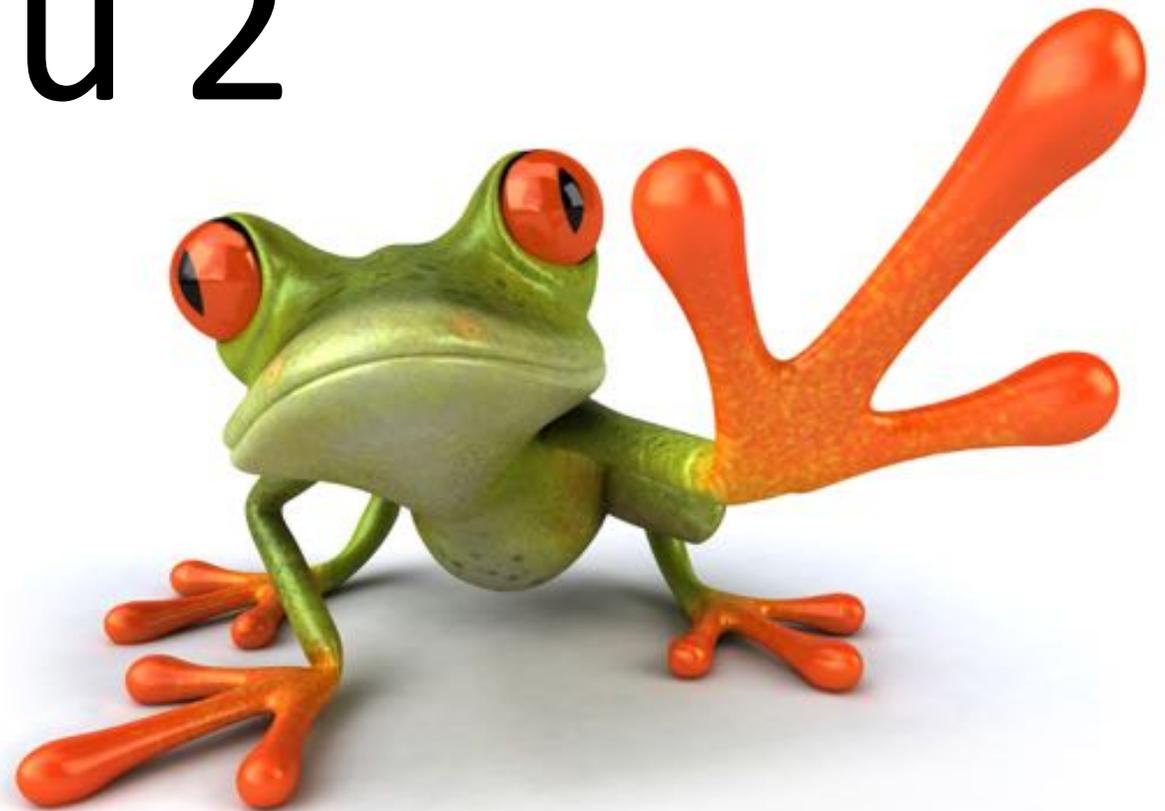


La formation théorique au niveau 2

À L'AQUA TEAM
KAYSERSBERG





Nous allons voir...

Le matériel du plongeur

La réglementation

Le Club et la formation au Niveau 2

Les pressions, les barotraumatismes

L'équilibre, la flottabilité

Dalton et Henry

La désaturation

Le froid, l'essoufflement et les dangers du milieu

L'environnement

Le test de connaissances



La combinaison...



Shorty



Mono-pièce et surveste



Semi-étanche



Étanche



De travail

Le froid est notre ennemi en plongée, **la combinaison est le seul moyen de protection**, mais en plus, elle doit nous assurer un confort optimal.



La combinaison...

En isolant le plongeur de l'eau, la combinaison le **protège du froid**.

Il faut savoir que nous nous **refroidissons 25 fois** plus vite dans l'eau qu'à l'air libre. Pour ne pas nous refroidir, il faudrait que la température de l'eau soit de l'ordre de 33°C. Ce n'est presque jamais le cas !!!

La matière la plus couramment utilisée pour la conception de la combinaison est le **Néoprène**.

C'est une mousse synthétique souple **qui renferme des bulles d'air**.

Plus le Néoprène est épais, plus il isole, mais sa souplesse est en contrepartie limitée.

Au fil des plongées, il a tendance à s'écraser et donc à perdre de ses qualités isolantes initiales.

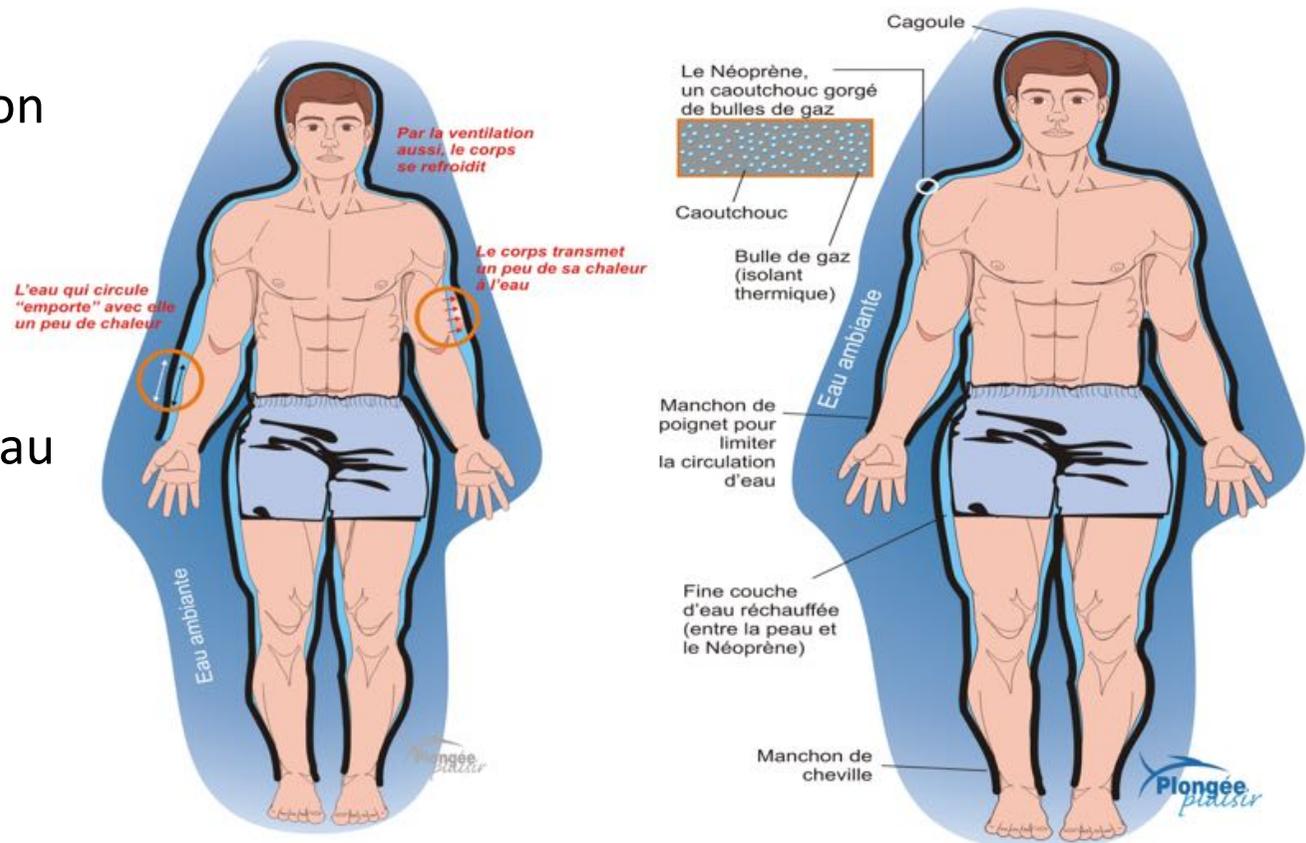
Il existe différents modèles de combinaison : humide, semi-étanche, étanche.



Les types de combinaisons...

La combinaison humide : l'eau pénètre dans la combinaison pendant toute la plongée et se réchauffe au contact de la peau.

La semi-étanche : l'eau rentre dans la combinaison pendant la plongée et se réchauffe au contact de votre peau, comme pour l'humide, mais des manchons évitent que l'eau ne se renouvelle trop souvent, donc limitent la déperdition de chaleur.





La combinaison...

La combinaison étanche : à l'inverse des deux premières, la combinaison étanche peut aussi être en toile. L'eau ne rentre pas du tout.

Un inflateur permet d'injecter de l'air.

Cette couche d'air entre le corps et la combinaison assure une excellente protection thermique.

Une soupape réglable permet de purger automatiquement ou manuellement l'air lors de la remontée.

Des gants peuvent également isoler les mains.

L'utilisation d'une combinaison étanche demande un apprentissage.

La FSGT préconise une formation débouchant sur une qualification « vêtement sec » qui peut être délivrée par un moniteur au sein du club.

Elle est accessible dès le niveau 1 sachant maîtriser le gilet.





Les critères de choix...

L'épaisseur : des vêtements de 3 à 5 mm suffisent pour les eaux chaudes, contre 6 à 7 pour les eaux froides.

À cela, s'ajoute le type de combinaison : **monopiece ou deux pièces**.

Les premières s'enfilent rapidement, mais n'offrent qu'une seule épaisseur de Néoprène. Les secondes permettent d'avoir deux couches sur le buste.

Les fermetures éclairs peuvent être devant ou derrière.

Sur certains modèles des fermetures-éclair au niveau des poignets et chevilles facilitent l'habillage et le déshabillage.

La cagoule peut être attenante ou non, mais reste indispensable : 30% de perte de chaleur par la tête et le cou, et protection des oreilles contre les infections bactériennes présentes dans l'eau.



Conseils et entretien...

Conseils :

Il ne faut pas hésiter à **essayer plusieurs combinaisons**, la coupe de chaque combinaison étant différente.

Il est important que le vêtement ne fasse **pas de poches** (creux des reins, bras, hanches) où l'eau pourrait circuler et refroidir le plongeur.

Une fois la combinaison enfilée, on doit **se sentir parfaitement à l'aise**, sans limitation de mouvement, sans que la respiration ne soit pas gênée.

Prévoyez du talc biodégradable pour enfiler les manchons.

Et **de la paraffine** pour la fermeture éclair.

Entretien :

Rincer la combinaison à l'eau douce après chaque usage, et la désinfecter régulièrement avec des produits adaptés.

Ne pas l'exposer directement au soleil pour la faire sécher ; Le néoprène est sensible aux UV.

Entretien des fermetures éclair avec de la graisse ou paraffine, surtout à l'intersaison lorsque vous ne l'utilisez pas.



Les autres accessoires...



Souris



Cagoule



Gant



Chausson



Bottillon

Souris, cagoule, gants, chaussons et bottillons complètent la protection contre le froid.

Pour éviter d'avoir froid, il faudra également prendre certaines précautions avant de plonger :

- Evitez d'avoir froid avant, alimentez vous correctement, ...
- Si vous avez froid sous l'eau, il faudra l'indiquer ...

La plongée sera interrompue.

En sortant, enlevez la combinaison, séchez vous, mettez des vêtements secs et chauds et buvez une boisson chaude sucrée.





La ceinture de lest...

La flottabilité de la combinaison doit être compensée en partie par le poids de la bouteille, mais si cela est insuffisant, il faudra rajouter une ceinture de lest. Le lest peut être attaché à une ceinture ou directement intégré dans le gilet stabilisateur.



Ceinture à lest traditionnelle



Ceinture à poches



Poches à lest pour gilet stabilisateur



Les instruments de mesures...



Tables immergeables, profondimètre, montre ou timer.



Les ordinateurs de plongée que nous aborderons en détail lors du cours sur la désaturation.



Les autres accessoires...

Un **parachute de palier** : s'utilise pour se maintenir à une profondeur constante en pleine eau **pour faciliter le palier** de désaturation.

Il **permet d'indiquer** en surface la position de la palanquée en fin de plongée et que la remontée avec les paliers de sécurité est en cours.

Il doit faire partie de l'équipement du plongeur à **partir du niveau 2**.

En plongée dérivante, ou lorsque la houle est importante, un parachute de palier permet d'**indiquer aux bateaux** navigants à proximité du site, où sont les plongeurs.

Deux parachutes de palier peuvent être déployés côte à côte pour signaler que la palanquée a un problème, mais ce signe reste peu courant. De même, le fait de tirer sur le parachute pour le faire entrer et sortir de l'eau tel un bouchon est une convention pour alerter le bateau d'un problème.

En le déployant : **attention**, à l'emmêlage du bout ...





Le parachute de palier...





Pour tout transporter...





Ou pour le gagnant du loto...



Merci d'avoir été attentif
Des questions ?
Place au prochain sujet...

La réglementation

