

Plongeur Niveau 2

Hommes Grenouilles de Champagne Reims

Nom :
Prénom :

Date																	
Milieu																	
Formateur																	



		Prof	Validation	Prof	Validation	Prof	Validation	Prof	Validation	Prof	Validation	Prof	Validation	Prof	Validation	Prof	Validation	Certification E3
Compétence 1a <i>Utiliser son matériel</i>	Gréer et dégréer																	Date
	Réglage des sangles et du SGS																	Nom
	Réglage de la ceinture et du masque																	Cachet
	Mettre et enlever une combinaison (naturel)																	
	Notion de réserve (mano, réserve, ordinateur)																	
	Entretien courant du matériel (panne courante)																	
Compétence 1b <i>Comportements et gestes techniques en surface</i>	Mise à l'eau depuis un bateau																	Date
	Déplacement PMT mais en milieu naturel																	Nom
	Déplacement avec le scaphandre																	Cachet
	Capelage et décapelage du scaphandre en surface																	
Compétence 2 <i>Immersion et retour en surface</i>	Techniques d'immersion et descente sur 20 m																	Date
	Maitrise de la remontée (avec instrument)																	Nom
	Maitrise de la remontée (sans instrument)																	Cachet
	Maintien d'un palier avec les instruments																	
	Utilisation du parachute de palier																	
Compétence 3 <i>Maitrise de la ventilation en plongée</i>	Maitrise de la ventilation dans l'espace médian																	Date
	REC embout en bouche de 10 m																	Nom
	REC sans embout de 10 m avec reprise tous les 2 m																	Cachet
	Réaction au remplissage inopiné du masque																	
	Maitrise de l'équilibre et du poumon ballast																	
Compétence 4 <i>Réactions aux situations usuelles</i>	Déplacement en apnée (inspiratoire et expiratoire)																	Date
	Communication (Ok, non Ok, froid, Plus d'air, Essoufflement, Sur réserve, Réserve à passer)																	Nom
	Monter, Descendre, Mi pression, Fin)																	Cachet
	Panne d'air avec échange d'un même embout																	
	Panne d'air avec second détendeur																	
	Assistance ou sauvetage dans l'espace médian																	
Compétence 5 <i>Autonomie dans l'espace médian</i>	Vérification et contrôles avant le départ																	Date
	Organisation et conduite dans la palanquée																	Nom
	Planification plongée, décompression, gestion air																	Cachet
	Orientation avec et sans instrument																	
Compétence 6 <i>Connaissances théoriques</i>	Causes, symptômes, prévention et CAT accidents en autonomie et dans l'espace lointain																	Date
	Physiologie de base																	Nom
	Réglementation milieu, matériel, prérogatives N2																	Cachet
	Utilisation des tables MN 90 (prérogatives du N2)																	
	Ordinateur de plongée																	
	Notions physiques (compréhension effets du milieu)																	
	Principe de fonctionnement du matériel																	
	L'autonomie en air, la flottabilité																	
	Matériel, critère de choix de l'équipement personnel																	
	Signature Elève																	
Signature Formateur																		

Milieu : Mer (M), Lac / carrière (L), Piscine (P)

Validation : réussi (O), non réussi (N), non effectué (X)