

50 m octopus

Le but est de faire 50 m sous l'eau, en équipement de plongée, le plus vite possible, en binôme, avec l'un des plongeurs respirant sur le second détendeur de l'autre (n'utilise pas son propre matériel). On peut entrer dans l'eau en sautant ou en plongeant.



ATTENTION : Les deux plongeurs d'un même binôme doivent avoir leur équipement complet à l'arrivée.

Principaux motifs de disqualification

- Si l'un des deux plongeurs perse le surface avec son corps ou son équipement.
- Si l'un des deux plongeurs ne prend pas le second détendeur de l'autre avant les 12,5 m.
- Si le binôme ne touche pas le mur au virage et à l'arrivée.



25m émerision



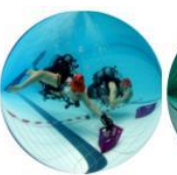
100m immersion



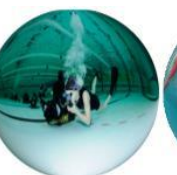
Relais 4*50 m



Nocturne



Combiné



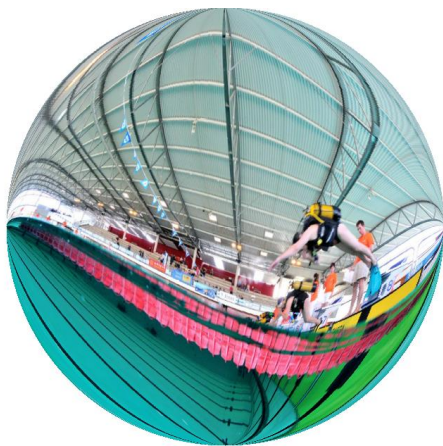
200m décalplé



50m octopus

100 m immersion

Le but est de faire 100 m, sous l'eau, en équipement de plongée, le plus vite possible. On peut entrer dans l'eau en sautant ou en plongeant.



ATTENTION : Le plongeur doit avoir un équipement complet à l'arrivée.

Principaux motifs de disqualification

- Si le plongeur perse le surface avec son corps ou son équipement.
- Si le plongeur ne touche pas le mur au virage et à l'arrivée.
- Si le plongeur sort de son couloir.



25m émergence



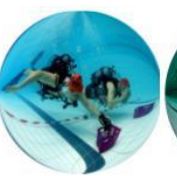
100m immersion



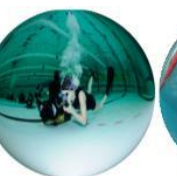
Relais 4*50 m



Nocturne



Combiné



200m décalplé



50m octopus

200 m décaplé

Le but est de faire 200 m, sous l'eau (scaphandre), en surface (en palmes masque tuba), et en apnée (2*12,5 m), le plus vite possible. On peut entrer dans l'eau en sautant ou en plongeant.



Organisation de l'épreuve

*1^{er} 25 m : 12,5 m avec le scaphandre puis
12,5 m en apnée*

*2^e au 4^e 25m : en surface en palmes masque
et tuba*

*5^e 25 m : 12,5 m en apnée puis 12,5 m en
scaphandre*

6^e au 8^e 25 m : en scaphandre

Principaux motifs de disqualification

- Si le plongeur ne respecte pas l'ordre des séquences de nage (*ne pose pas son scaphandre à 12,5 m par exemple*) ou les distances (*apnée trop courte par exemple*).
- Si le plongeur ne touche pas le mur au virage et à l'arrivée.
- Si le plongeur sort de son couloir.
- Si le scaphandre quitte le fond ou le couloir.



25m émerision



100m immersion



Relais 4*50 m



Nocturne



Combiné



200m décalplié



50m octopus

Nocturne

Le but est de retrouver 3 objets au fond de la piscine, distant entre eux de 4 m, en aveugle, à l'intérieur d'un cercle de 4 m de diamètre, en moins de 3 min.



ATTENTION : Le résultat est un nombre de points en fonction du temps et du nombre d'objets retrouvés en moins de 3 min.

Principaux motifs de disqualification

- Si le plongeur réalise n'importe quelle manœuvre lui permettant de 'voir' directement ou indirectement.
- Si le plongeur sort une partie quelconque de lui-même ou de son équipement durant l'épreuve.



25m émerision



100m immersion



Relais 4*50 m



Nocturne



Combiné



200m décalplé



50m octopus

Combiné

Le but est de faire 100 m sur un parcours aquatique en binôme, le plus vite possible. On peut entrer dans l'eau en sautant ou en plongeant.

Organisation de l'épreuve

1^{er} 25 m : Les 2 plongeurs passent chacun dans un tunnel de cerceaux de 2 m, sans les toucher (*pénalité de 5 s à chaque touche*) puis les 2 plongeurs respirent sur le matériel de l'un d'entre eux sur 12,5 m.

2^e 25 m : Les deux plongeurs respirent sur le matériel de l'un d'entre eux durant 17 m puis peuvent reprendre leur propre détendeur, pose leur masque dans un panier et vont toucher le mur.

3^e 25 m : les 2 plongeurs reprennent leur masque, retirent leur gilet, passent chacun leur tour dans un tunnel de 5 m puis remettent leur gilet et récupèrent un objet de 1,5 kg (souvent un mannequin).

4^e 25 m : le trinôme (2 plongeurs + 1 mannequin) doit réaliser la longueur en surface.



Principaux motifs de disqualification

- Si les plongeurs ne respectent pas les distances ou ne réalisent les exercices imposés.
- Si un plongeur détériore ou a besoin d'aide pour sortir d'un tunnel.



25m émerision



100m immersion



Relais 4 *50 m



Nocturne



Combiné



200m décalplé



50m octopus

Relais 4*50

Le but est de faire parcourir 200 m au témoin (tube d'environ 40 cm de long), sous l'eau, en équipement de plongée, le plus vite possible, par équipe de 4 plongeurs, par tranche de 50 m. Le premier plongeur peut entrer dans l'eau en sautant ou en plongeant, les suivants partent dans l'eau.



ATTENTION : Chaque plongeur doit arriver avec son équipement complet.

Principaux motifs de disqualification

- Si le plongeur relayé lâche le bord avant d'avoir le témoin en main.
- Si un plongeur ne touche pas le mur au virage.
- Si un plongeur sort de son couloir.
- Si chacun des 4 membres de l'équipe ne réalise pas 50 m



25m émersion



100m immersion



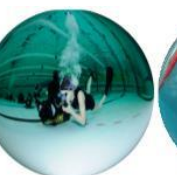
Relais 4*50 m



Nocturne



Combiné



200m décalplé



50m octopus

25 m émerSION

Le but est de faire émerger un objet de 6 kg à 23 m à l'aide de son parachute, le plus vite possible. On peut entrer dans l'eau en sautant ou en plongeant.



ATTENTION : L'objet ne doit pas être porté et le parachute doit ressortir avant le plongeur et se maintenir en surface.

Principaux motifs de disqualification

- Si le plongeur ou son matériel perse la surface avant le parachute.
- Si le plongeur ou le parachute sort de son couloir.



25m émerSION



100m immersion



Relais 4*50 m



Nocturne



Combiné



200m décalplé



50m octopus