



Comité Départemental  
du Val de Marne  
Saison 2018-2019

## Informations

### Guide de Palanquée - N4

### Saison 2018 - 2019

## La formation à la CTD-94

---

Pour la formation GP-N4, la CTD-94 se compose de plusieurs parties indépendantes :

- Cours en salle de théorie et de conduite de palanquée
- Séances de nage en piscine et en milieu naturel
- Séances pratiques en milieu naturel
- Un stage de préparation d'une semaine en mer
- Un stage final de cinq jours avec l'examen.

Toutes ces activités sont préparées et encadrées par des MF2 de la CTD-94.

## La théorie

---

La CTD propose 17 cours de théorie de 3 heures chacun, le samedi matin.

Ils couvrent l'ensemble du programme des GP-N4 ainsi que la conduite de palanquée (sous forme de cours, de retour d'expérience et de travaux sur le briefing).

Un examen blanc est aussi organisé avant une période de révisions.

Ces cours sont gratuits. Une petite participation peut être demandée pour le café et la salle.

## Séances pratiques

---

### **Nage en piscine :**

4 séances de nage sont organisées à la Piscine de Nogent dont le bassin de 50 mètres en extérieur est particulièrement adapté à l'entraînement de ce niveau (nage en combinaison possible).

Le prix de ces séances est de 30 € (pas de prix unitaire possible).

### **Nage en milieu naturel :**

2 séances de nage sont organisées à la base de Torcy pour travailler la distance et l'endurance.

Le prix de ces séances est de 20 € (pas de prix unitaire possible).

### **Pratique en fosse :**

4 séances de plongées sont organisées à la fosse de Villeneuve la Garenne pour travailler les épreuves de l'examen. Une des séances est consacrée entièrement à l'apnée (encadrement par les moniteurs de la Commission Apnée du 94).

Le prix de ces séances est de 90 € (pas de prix unitaire possible).

### **Pratique en milieu naturel :**

2 séances de plongées sont organisées à la base de Beaumont pour aborder en milieu naturel les épreuves de l'examen.

Le prix d'une séance est de 15 €.

Pour ceux qui le souhaite, la CTD propose un pack de 150 € permettant d'accéder à toutes ces séances.

Pour les stagiaires venant de Clubs non adhérents au Codep 94, les prix sont majorés de 10 € et le pack est à 170 €.

## Les stages

---

### **Stage préparatoire :**

Organisé pour travailler chacune des épreuves de l'examen GP-N4, ce stage permet aux stagiaires de se préparer au mieux à l'examen et d'obtenir, si leur niveau l'autorise, les aptitudes nécessaires pour se présenter à l'examen.

Ce stage se déroulera du 7 au 14 avril 2019 au Club de l'Incantu à Galéria (Corse).

Le prix comprend 12 plongées, le transport, le logement et la restauration.

### **Stage final et examen :**

Ce stage débute par 2 à 3 jours de plongées pour se réhabituer et effectuer les derniers réglages. Ces plongées ne permettent pas d'acquérir les compétences nécessaires pour se présenter à l'examen.

L'examen est ensuite organisé sur 2 ou 3 jours.

Ce stage se déroulera du 2 au 7 juin 2019 au Club Iléo-Porquerolles sur l'île de Porquerolles (Var).

Le prix comprend 9 plongées, le transport de la gare de Toulon au Club, le logement et la restauration.

Le prix ne comprend pas le transport de Paris à Toulon.

Les stages sont proposés aux tarifs suivants (tarifs pouvant légèrement varier) :

- Le pack Stage Initial + Stage Final : 1505 € (prix valable jusqu'au 31/12/2018)
- Le Stage Initial : 850 € (prix valable jusqu'au 15/01/2019)
- Le Stage Final : 790 € (prix valable jusqu'au 27/04/2019)

En cas de désistement :

- Entre 3 mois et 1 mois avant le départ : 10% du total sera retenu.
- Entre 1 mois et 15 jours avant le départ : 50% du total du stage sera retenu.
- Entre 14 jours et le départ : 100% du montant total du stage sera retenu.

## L'inscription et le paiement

---

Chacune des parties de cette formation sont indépendantes les unes des autres mais l'inscription est commune et se fait en 2 étapes :

1. **Saisie** des informations du participant en ligne : xxxx

Lors de cette inscription, il est demandé à quelles activités le stagiaire souhaite participer. Ces choix ne sont pas définitifs et il est bien sûr possible de s'inscrire à d'autres activités au cours de la saison (sans changement de prix).

2. Validation de l'inscription par **envoi du paiement**.

Le paiement se fait par chèque (personnel ou de Club) à l'ordre du « Comité Départemental 94 – FFESSM » et est à envoyer à :

Jean-François KERVINIO – 3, rue Virginie – 94000 CRETEIL

Merci de mettre au dos du chèque la mention de la formation et le(s) nom(s) du(es) stagiaire(s) concerné(s).

Une attestation de paiement sera fourni aux stagiaires.

En dehors des stages, la présence à chacun des cours ou séances est à valider sur un « doodle » afin d'organiser la logistique.

## Documents à fournir

---

Les stagiaires devront fournir lors des premières séances :

1. Leurs papiers d'identités
2. Leur carte de niveau de plongée
3. Leur licence en cours de validité
4. Leur certificat médical de moins d'un an

Ils doivent également s'assurer que leur RIFAP est bien enregistré sur le site de la FFESSM (avoir la carte peut ne pas suffire en fonction de l'année où elle a été obtenue).

## CNIL

---

Les informations recueillies sont nécessaires pour les adhésions. Elles font l'objet d'un traitement informatique et sont destinées à la seule organisation de cette formation. En application des articles 39 et suivants de la loi du 6 janvier 1978 modifiée, chaque stagiaire bénéficie d'un droit d'accès et de rectification aux informations le concernant.

Pour exercer ce droit, il suffit de le demander par courriel à [technique.codep94@gmail.com](mailto:technique.codep94@gmail.com).