

# CURSUS SOUT CONFIRMÉ « FULL CAVE »

Version 21/06/2023

## 1. Introduction

*Ce cours représente le dernier niveau de formation dans. La pratique de la plongée souterraine. Y sont présentés la planification des plongées d'exploration ? la pratique des différents réseaux, et les scénarios complexes avec procédures de réchappe. L'objectif de ce cours est de développer et d'améliorer les techniques utilisées pendant la formation précédentes et de perfectionner les compétences par la pratique réelle de l'exploration souterraine.*

Conditions de pratique :

- *Évolution et navigation complexe.*
- *Profondeur Max définie par les mélanges et certifications du plongeur.*
- *Mélange TX à équivalence narcotique de 35M max*
- *Plongée avec blocs supplémentaire en adéquation avec la planification.*
- *Utilisation des gaz standards DIR.*
- *Règle des 1/3 et/ou règle de retour (distance x pressABS x 30l/min) x 1,5.*
- *Gestion de plusieurs sauts de ligne.*
- *Plusieurs T sur la progression avec marqueurs.*
- *Décompression acceptée.*
- *Passage étroit et restriction dans la limite des compétences du plongeur et sans décapeler la source principale.*

## 2. Équipement obligatoire en configuration DIR.

*(voir équipement de la qualification PassTech ANMP) :*

- *Bi bouteille avec isolateur*
- *2 Détendeurs complets*
- *Une vessie sans élastique rétractant*
- *2 masques*
- *1 lampe principale avec canister déporté*
- *2 lampes de secours*
- *1 compas*
- *1 wetnote*
- *3 dévidoirs*
- *1 pigtail avec 3 flèches et 3 cookies marqués par le plongeur (minimum)*
- *1 spool, 1 cookie, 1 flèche, supplémentaires par saut planifié (minimum)*
- *Un moyen de contrôler le temps, la profondeur et la déco (ordinateur multigaz)*
- *Un couteau*
- *Un coupe fil*
- *Un reel de 80m mini*

- Combinaison étanche très fortement recommandée.

### 3. Qui peut enseigner

Un moniteur diplômé d'état E3 minimum, adhérent actif ANMP titulaire d'une qualification d'instructeur en plongée souterraine ou une expérience reconnue en plongée souterraine.

### 4. Ratio élève/instructeur. Organisation de la formation.

- 5 jours de formation minimum
- Un maximum de 3 élèves par formateur.
- Le ratio doit être réduit si nécessaire en raison de contraintes environnementales ou opérationnelles.
- Théorie et briefing, résolution de problème et analyse d'accidents
- Lecture, compréhension des plans, élaboration de stratégie et PLANIFICATION EN NAVIGATION COMPLEXE
- Séances de pratique et d'entraînement à terre avant chaque immersion
- 5 plongées en grotte avec navigation COMPLEXE (minimum 3 sites ou 5 galeries différentes)

### 5. Conditions préalables pour les élèves

**Les exigences d'aptitudes doivent être évaluées avant le début de la formation**

- Âge minimum 18 ans.
- Plongeur PA40 ou équivalent provenant d'un organisme reconnu.
- Avoir réalisé au moins 20 plongées en souterraines dont au moins 3 plongées avec désaturation.
- Compétences requises (PassTech ANMP, intro to tech TDI ou équivalent d'un autre organisme)
- Certifié Sout élémentaire Intro to Cave ANMP ou équivalent d'un organisme reconnu.

### 6. Révision et maîtrise des aptitudes suivantes et conditions d'obtention du diplôme

- Pose d'un réel pour jonction mise à l'eau sur ligne principale
- Basic 5
- S-drill ; V-drill
- Les 4 techniques de Propulsions, Frog kick, Back frogkick, Flutterkick, Helicopter turn. Et modes modifiés
- Suivre et se placer correctement sur une ligne avec et sans visibilité
- Partager son air avec un équipier avec visibilité en suivant une ligne
- Partager son air en zéro visibilité (blind mask) en utilisant le contact tactile
- Retour en zéro visibilité
- Retirer et remplacer son masque
- Communication passive et active avec une lampe
- Communication à une main et standardisée soute
- Procédure en cas de perte d'équipier
- Simuler une panne de lumière principale et utiliser la lumière de secours pour sortir

- *Démontrer le contrôle de la flottabilité, l'assiette appropriée et les techniques de propulsion*
- *Procédure perte d'équipier*
- *Procédure emmêlée dans la ligne*
- *Procédure perte de ligne et recherche*
- *Assistance en horizontal équipier inconscient (standardisée)*

*L'instructeur peut rajouter des maîtrises selon les particularités du site ou de l'aptitude des élèves*

***Afin de compléter le cours et d'obtenir la qualification, l'élève doit :***

- *Terminer, à la satisfaction de l'instructeur, toutes les séances de développement des compétences.*
- *Faire preuve de maturité et de bon jugement en ce qui concerne la planification et l'exécution des plongées.*
- *Le cours doit être terminé dans les 6 semaines suivant la date de début.*