



Brevet plongeur / moniteur en montage latéral (« sidemount ») FLASSA / CMAS

1. Plongeur en montage latéral (« sidemount ») FLASSA / CMAS.....	1
1.1. Classification	1
1.2. Validité	1
1.3. Prerogatives et compétences	1
1.4. Objectifs	1
1.5. Conditions d'admission.....	2
1.6. Organisation de la session	2
1.6.1. Jury d'examen - Qualification des enseignants	2
1.6.2. Rapport moniteur - élèves.....	2
1.6.3. Durée de la formation	2
1.6.4. Évaluation	2
1.6.5. Délivrance du brevet	2
1.7. Équipement	2
1.8. Contenu de la formation	3
1.8.1. Théorie	3
1.8.2. (*) Pratique	3
2. Moniteur en montage latéral (« sidemount ») FLASSA / CMAS	4
2.1. Validité	4
2.2. Pré-requis.....	4
2.3. Évaluation et certification	4
2.4. Prerogatives	4
3. Mises à jour	4

Les parties du règlement qui sont modifiées par rapport à la version précédente sont marquées par un astérisque (*)

1. Plongeur en montage latéral (« sidemount ») FLASSA / CMAS

1.1. Classification

Le brevet FLASSA plongeur en montage latéral ou « sidemount » est un cours de spécialité pour les plongeurs et moniteurs brevetés.

1.2. Validité

Il n'y a aucune limite de temps pour cette qualification.

1.3. Prerogatives et compétences

A l'issue de la formation, le plongeur certifié FLASSA / CMAS plongeur en montage latéral (« sidemount ») doit posséder les compétences de telle sorte que lorsqu'il est évalué par un instructeur CMAS, il doit avoir une connaissance suffisante, les compétences et l'expérience nécessaires pour plonger en utilisant une configuration en montage latéral dans les paramètres de ses qualifications FLASSA / CMAS de plongeur ou celles applicables à d'autres certifications de formation de plongeur qu'il détient déjà.

1.4. Objectifs

Le programme de formation FLASSA en montage latéral est conçu pour être une introduction à la plongée en montage latéral en configuration pour la plongée récréative en eau libre, indépendamment du niveau de plongée



Comité Technique

Président : president.ct@flassa.lu Bureau CT : ct@flassa.lu

Affiliée à la Confédération Mondiale des Activités Subaquatiques (C.M.A.S.)
Membre du Comité Olympique et Sportif Luxembourgeois (C.O.S.L.)

et d'aider le plongeur à développer les compétences, les connaissances et techniques nécessaires pour la plongée en montage latéral. La formation fournit à des plongeurs formés non-CMAS une passerelle à la formation CMAS.

1.5. Conditions d'admission

Conditions d'admission à la formation en montage latéral.

- Etre licencié de la FLASSA.
- Etre âgé d'au moins 14 ans le jour de la délivrance de la qualification.
- Etre plongeur P1 FLASSA, CMAS ou équivalent.
- Pour les mineurs, présenter le formulaire de l'autorisation parentale dûment rempli par le parent ou tuteur légal.

1.6. Organisation de la session

1.6.1. Jury d'examen - Qualification des enseignants

La formation est organisée au niveau de la FLASSA ou au niveau des clubs affiliés. L'enseignant qui dirige la formation possède au minimum les qualifications suivantes :

- Moniteur FLASSA M1 agréé et
- Moniteur en montage latéral (« sidemount ») FLASSA, CMAS ou équivalent

Le directeur de la formation peut être secondé par un assistant qui tiendra une partie ou la totalité de la formation en vue de l'obtention du brevet de moniteur en montage latéral. Un assistant éventuel à la formation détiendra, à l'exception de la qualification de moniteur en montage latéral, la qualification définie par l'annexe II (Conditions de pratique de la plongée) des règles de sécurité de la FLASSA.

1.6.2. Rapport moniteur - élèves

Le rapport moniteur/étudiants est de 1:6 pour la théorie en salle de classe et de 1:4 en pratique, sans pour autant excéder les limites fixées par l'annexe II des règles de sécurité de la FLASSA.

1.6.3. Durée de la formation

Théorie : 2 heures min.

Pratique : 3 heures min.

1.6.4. Évaluation

Le participant doit démontrer ses connaissances en théorie et techniques de la plongée en montage latéral en en passant un examen écrit. Le participant doit démontrer sa maîtrise de ses compétences pratiques de la plongée en montage latéral lors d'une session d'évaluation.

1.6.5. Délivrance du brevet

Recevra le brevet de plongeur en montage latéral FLASSA / CMAS, le candidat présent pendant la totalité de la formation et qui aura réussi à toutes les épreuves théoriques et pratiques. Au cas où le programme de formation est effectué en combinaison avec la formation P1 FLASSA / 1 étoile CMAS, la certification ne doit pas être délivré au participant jusqu'au moment où il a rempli toutes les conditions pour la certification comme prescrit par le règlement P1 FLASSA / CMAS.

1.7. Équipement

Le poste de remplissage utilisé pour la formation, ainsi que les équipements auxiliaires nécessaires, doivent remplir les exigences légales. La formation comprend tous les outils de formation nécessaires, moyens audio-visuels, tableaux et programmes de calcul.



Comité Technique

Président : president.ct@flassa.lu Bureau CT : ct@flassa.lu

Affiliée à la Confédération Mondiale des Activités Subaquatiques (C.M.A.S.)
Membre du Comité Olympique et Sportif Luxembourgeois (C.O.S.L.)

1.8. Contenu de la formation

1.8.1. Théorie

Module T1: Équipement

Connaissances appropriées concernant les caractéristiques physiques, principes de fonctionnement, d'entretien et d'utilisation des équipements de plongée spécifiques suivants :

- Une ou deux bouteilles de plongée en configuration montage latéral (vannes DIN recommandées)
- Un ou deux détendeurs, dont un deuxième étage doit être relié au premier étage par un tuyau MP d'une longueur entre 1.5 et 2.1 m. L'autre deuxième étage doit être équipé d'un tour de cou pour maintenir le détendeur sous le cou du plongeur. Chaque premier étage doit être équipé d'un manomètre et d'un inflateur pour un système ou gilet de stabilisation ou vêtement isothermique étanche.
- Un gilet de stabilisation de type montage latéral.
- Un outil pour couper, couteau, cisaille ou coupe filet.

Module T2: Physique et théorie de la plongée en montage latéral

Le participant doit avoir une connaissance appropriée concernant les principes physiques et leur application à l'équipement et les risques liés à la plongée en montage latéral:

- Flottabilité
- Configuration des équipements
- Techniques de propulsion
- Conscience de la situation
- Procédures d'incidents spécifiques à la plongée en montage latéral.

Module T3 : Exercices au sec

- Configuration de base
Grément avec une ou deux bouteilles (droite/gauche)
- Détendeurs pour plonger en montage latéral.
Choix du détendeur et configuration
Longueur des tuyaux MP
Longueur des tuyaux HP pour manomètres
Configuration des tuyaux.
- Équipement supplémentaire (dévidoirs, bouées de signalisation, lampes, ...)
- Gestion des gaz
Consommation d'air en surface
Procédures de changement de gaz
- Techniques de sauvetage
Remontée contrôlées individuelles
Protocole d'échange de gaz
Remontée assistée d'un plongeur inconscient en montage latéral
- Palanquées mixtes (montage latéral et dorsal)
- Mise à l'eau et sortie en configuration en montage latéral.

1.8.2. (*) Pratique

Les compétences suivantes sont requises avec scaphandre :

- Démontrer la compétence dans la configuration de l'équipement en montage latéral (une et deux bouteilles)



Comité Technique

Président : president.ct@flassa.lu Bureau CT : ct@flassa.lu

Affiliée à la Confédération Mondiale des Activités Subaquatiques (C.M.A.S.)
Membre du Comité Olympique et Sportif Luxembourgeois (C.O.S.L.)

- b. Démontrer la compétence dans les techniques de sécurité en plongée dans la configuration en montage latéral; ce qui comprend les préparatifs pré-plongée, de l'activité sous l'eau, et l'évaluation après la plongée.
- c. Démontrer ses capacités au souci de la sécurité ; répondre rapidement aux signes et besoins de ses coéquipiers
- d. Démontrer sa capacité à donner de l'air à un plongeur en difficulté en étant en configuration montage latéral.
- e. Démontrer sa capacité à surveiller la consommation de gaz et à maintenir une différence de pression de 20 bar entre cylindres.
- f. Démontrer un comportement sécuritaire et responsable tout au long de toute la formation.
- g. Démontrer la maîtrise de la base de l'équipement en montage latéral.
- h. Démontrer une bonne flottabilité et une assiette, surtout pendant les exercices en pleine eau.
- i. Maîtriser les procédures de remontée et de descente
- j. Maîtriser les exercices de remontés contrôlée et assistance en configuration de montage latéral.
- k. (*) Maîtriser les types de palmage grenouille (frog kick), inversé ou marche arrière (back kick), alterné (flutter kick) et en hélicoptère ou rotation (helicopter turn).
- l. (*) Maîtriser les techniques suivantes :
 - a. Respiration sur détendeurs et fermetures des vannes (Valve-Drill)
 - b. Situation de panne d'air (S-Drill)
 - c. Changement de masque
 - d. Positionner les bouteilles en avant
 - e. Fermeture d'un détendeur fusant
 - f. Respiration sur un détendeur fusant
 - g. Nage avec bouteille devant
 - h. Changement de bouteille
 - i. Lâcher de la bouée de signalisation (différentes techniques)

2. Moniteur en montage latéral (« sidemount ») FLASSA / CMAS

2.1. Validité

Il n'y a aucune limite de temps pour cette qualification

2.2. Pré-requis

- Etre licencié de la FLASSA
- Etre moniteur FLASSA M1 agréé

2.3. Évaluation et certification

Démontrer avec succès la capacité d'enseigner au moins un cours de plongeur en montage latéral à un groupe d'élèves réels sous la supervision d'un formateur de moniteurs délégué par la fédération.

2.4. Prérrogatives

Le moniteur FLASSA / CMAS montage latéral est qualifié pour enseigner des cours FLASSA / CMAS plongeur en montage latéral et à certifier les candidats retenus.

3. Mises à jour

Version	Objet de la mise à jour	Décision du
1.1	Création du règlement. Règlement adopté en réunion du CT.	CT du 03 juin 2015
2	Rajout des types de palmage et détails des techniques spécifiques à maîtriser (1.8.2. k et l)	CT du 04 juin 2025