



Brevet de Plongeur Nitrox en Zone Étendue FLASSA / Extended Range Nitrox Diver FLASSA / CMAS Accelerated Decompression Diver

1. Conditions d'admission

Être licencié de la FLASSA.

Être titulaire du brevet plongeur 3^{ème} degré de la FLASSA ou équivalent CMAS

Être titulaire du brevet Plongeur N2 CMAS Nitrox avancé ou équivalent

Avoir effectué 100 plongées dont 25 plus profondes que 30 m.

2. Classification de l'enseignement

Ce cours est un cours de spécialité et le brevet n'a pas de date d'expiration.

3. Organisation de la session

La FLASSA autorise les moniteurs des clubs affiliés à organiser des sessions de ce brevet. Le moniteur de plongée en charge de cette formation pourra être assisté d'un moniteur Nitrox N4. La durée minimum du cours est de 2 jours. Le nombre minimum de plongées est de 4 plongées d'une durée au fond cumulée d'au moins 200 minutes. Toutes les immersions doivent être plus profondes que 30 m en utilisant du Nitrox et / ou des mélanges oxygénés pendant la décompression. La profondeur autorisée ne doit pas dépasser 54 mètres.

4. Jury de l'examen

Au moins un moniteur Nitrox en Zone Étendue agréé par la FLASSA.

Le ratio maximal entre moniteur et candidat est de 1/12 en classe et 1/4 en eau libre.

5. Compétences du plongeur

À l'issue de la formation, le plongeur devra démontrer une connaissance suffisante du sujet, une bonne réalisation des exercices demandés et l'expérience pour :

- Planifier et exécuter des plongées longues et profondes en eau libre incluant des paliers de décompression utilisant des mélanges gazeux au Nitrox et contenant de l'oxygène – jusqu'à de l'oxygène pur- équipé de bouteilles propres à recevoir de l'oxygène et accompagné d'un autre plongeur en bouteilles d'un niveau au moins égal au sien.
- Bien être au courant des risques supplémentaires inhérents à ce type de plongée et à l'utilisation d'oxygène pur.
- Être en mesure de planifier ses plongées, de choisir et utiliser le mélange gazeux adéquat correctement.



6. Formation théorique

Le programme théorique comprendra une révision de tous les éléments appris durant le cours sur l'utilisation avancée du Nitrox :

- Planification de la plongée au Nitrox : MOD, Best mix
- La physiologie du Nitrox : hypoxie, toxicité à l'oxygène, toxicité du système nerveux central (CNS%), toxicité pulmonaire (OTU).

En plus, le programme de l'enseignement théorique comprend :

- L'équipement spécifique : dévidoirs et bouées, redondances (lampes, masques), couteaux
- La décompression accélérée : planification de la plongée, besoins de gaz, procédures d'urgence, décompression omise, gaz au fond et à la remontée, perte de gaz.

7. Formation pratique

7.1 Programme de l'enseignement pratique

7.1.1 Évaluation des compétences pratiques

Durant les plongées effectuées pendant la formation, le candidat démontrera sa capacité à :

- Choisir les bons mélanges fond et gaz de décompression.
- planifier des plongées profondes à l'air en utilisant des mélanges enrichis.
- Utiliser les logiciels de décompression et générer des run time de la plongée.
- gérer les plans de plongée et plans de réchappe, pannes, procédures d'urgence et décompression omise.
- Planifier la plongée et les secours
- Effectuer une plongée à 54 m en utilisant les mélanges enrichis pendant la décompression
- Effectuer des paliers de décompression dans des conditions variés.

7.1.2 Évaluation de plongée en bouteilles

Le candidat devra prouver maîtrise de sa capacité à démontrer les exercices avec bouteilles suivants :

- Flottabilité et position horizontale (trim) et techniques de propulsion
- Démontrer sa flottabilité adéquate à pouvoir maintenir sa position dans la colonne d'eau sans bouger les mains et les pieds. Démontrer la maîtrise des différentes techniques de palmage (Frog Kick, Flutter kick, Helicopter Turn, Reverse Back Kick)
- Nager un parcours horizontal de 15 m, l'aller sans masque et le retour en apnée.
- Face à un détendeur qui fonctionne mal, démontrer la procédure pour changer une source d'air alternative et pour isoler le détendeur.
- Démontrer sa compétence à gérer deux bouteilles relais / décompression :
Retirer et replacer les bouteilles relais ou de déco
En binôme et face à votre coéquipier, en pleine eau, retirer et remplacer les bouteilles relais ou de déco sans modification de flottabilité engendrant un changement de profondeur.
- Déploiement des bouées de surface/parachute(s) :
Déployer une bouée de surface sans masque et, en absence de point de référence visuel,



contrôler sa flottabilité en utilisant la pression sur les oreilles

À partir d'un fond de 20 m, et en pleine eau, déployer une bouée de surface et démontrer la gestion d'un dérouleur sans modification de flottabilité engendrant un changement de profondeur.

- Remonter sur partage d'une source d'air alors qu'un coéquipier n'a pas de masque, à la fois en tant que donneur et receveur.
- Enlever son masque et le remplacer par son masque de secours
- Lors de deux plongées, le plongeur exécutera une remontée en déployant la bouée de surface et en faisant les paliers de décompression.
- Tracter un plongeur en surface sur un trajet de 50 mètres

8. Contrôle des connaissances

Répondre par écrit à des questions sur des notions théoriques concernant le contenu du programme de l'enseignement théorique. Le candidat démontrera ses connaissances sur la théorie de la plongée avec décompression accélérée. Le candidat doit répondre correctement à 80% des questions théoriques.

9. Délivrance du brevet

Afin d'obtenir son brevet, le candidat doit :

- Satisfaire aux conditions d'admission
- Avoir passé avec succès son examen théorique
- Avoir passé avec succès son examen pratique

Le candidat recevra un brevet provisoire dès qu'il aura réussi toutes les épreuves. Le jury enverra la souche prévue du brevet provisoire à la FLASSA et le brevet définitif sera envoyé directement au candidat.

10. Révisions et mises à jour

Version	Date	Sujet ou modification
V 1.0	09.10.2024	Version initiale, proposée par le CT le 25.09.2024 et acceptée par le CA, le 09.10.2024

*** FIN DU DOCUMENT ***