

INFOS CLUB

Rappel procédure | Plongées ce weekend | ORL

PAS DE PLONGÉE

Malheureusement, nos DP habituels ne sont pas disponibles cette semaine pour vous accompagner à la gravière.

Mais un week-end de libre vous donnera l'occasion de vous reposer pour revenir plus fort dans quinze jours !

Prévention

Prenez soin de vos oreilles en ne mettant rien dedans, ne nettoyez pas pour que votre conduit auditif ressemble à une salle d'opération.

Après les plongées et les séances en bassin :

- rincer à l'eau claire,
- sécher votre oreille,
- porter un bonnet (en vente à la boutique du club à 15€).

<https://www.payasso.fr/asm/plongee>



Remontée rapide

Une remontée est dite rapide dès lors qu'elle dépasse, entre 30M et la surface, une vitesse supérieure à 15M/Mn sur une distance de 10M minimum.

- le plongeur dispose de 3 min maximum pour rejoindre un palier à mi-profondeur et y rester 5 min.
- puis faire au moins un palier de 1 min à 6 mètres et 5 min à 3 mètres (en plus de ce qui est prévu par son moyen de désaturation)

En cas d'impossibilité de se réimmerger, une mise sous oxygène et une évacuation vers un centre hyperbare est nécessaire.

Il appartient aux moniteurs de faire en sorte de ne pas rentrer dans cette configuration en intervenant sur les purges avant.

