



PTEROIS - CLUB ET ECOLE DE PLONGEE
Case postale 453, 1211 Genève 13

CCP 12-25624-9

Genève, septembre 2009

Ecole de plongée du Pterois Cours P* 2009-2010 dès CHF 575.- s'adressant à des débutants

L'objectif de ce cours est l'obtention du **Brevet de plongée élémentaire P*** délivré par la CMAS.CH affilié à la FSSS (Fédération suisse des sports subaquatiques). Ce cours s'adresse à des candidats qui sont déjà bons nageurs. Afin d'éviter toute désillusion à nos élèves, nous avons prévu un test de natation initial, suivi d'une formation en piscine à l'issue de laquelle un second test permettra de s'assurer que tous nos candidats ont acquis l'aisance aquatique indispensable à la plongée.

Le cours P* se déroulera donc en 3 phases:

NATATION – Aisance aquatique

Le mercredi 4 novembre 2009 à 19h45 à la Piscine de Pâquis-Centre, rue de la Navigation 34:

1. Présentation du matériel de plongée élémentaire (palmes, masque et tuba) et de suggestions destinées à en faciliter l'achat.
2. Test de natation Les candidats devront parcourir 300 mètres en nage ventrale (avec expiration dans l'eau) en moins de 8 minutes et ramener 3 objets immergés par 2 mètres de fond.
3. Ce petit test sera suivi d'un cours de dissociation de la respiration bucco-nasale.

Nos candidats suivront si nécessaire, 2 cours de natation en piscine destinés à leur assurer l'aisance aquatique indispensable à la plongée, aisance qui sera contrôlée à l'issue de la dernière leçon.

Cours piscine: les mercredis 11 et 18 novembre 2009.

COURS DE PLONGÉE

En piscine (équipement: palmes, masque, tuba)

Les élèves suivront 9 cours durant lesquels ils seront initiés aux bases de la plongée et à l'utilisation du matériel. Ces cours auront également lieu à 19h15 à la Piscine de Pâquis-Centre, aux dates suivantes:

Les mercredis 2, 9 et 16 décembre 2009, le 13, 20, 27 janvier 2010, puis les 3, 10, 17 février, 2010.

En lac (équipement: voir plus loin)

6 plongées, le lundi et le jeudi soir dès 18h00 à la plage d'Hermance, aux dates suivantes:
Les 12, 15, 19, 22, 26, et 29 avril 2010

Cours théorique

7 cours de théorie de 2 heures le jeudi soir à 19h00 au local du club de la Maison du Plonjon, Parc des Eaux-Vives, les 19 et 26 novembre les 3, 10 et 17 décembre 2009 puis les 14 et 21 janvier 2010. L'examen théorique correspondant au Brevet élémentaire P* aura lieu fin janvier 2010.

MATÉRIEL INDIVIDUEL NÉCESSAIRE

- Masque, tuba et palmes prévues pour le port de chaussons
- Combinaison avec cagoule, 7 mm d'épaisseur (prévoir double épaisseur pour le torse)
- Chaussons et gants (le tout en 7 mm)
- Ceinture de plomb (6.5 kg)
- Profondimètre et montre (ou ordinateur de plongée)
- Boussole

Pour bouteille, détendeur et gilet: voir rubrique matériel, page 3.

Nous sommes à votre disposition pour vous conseiller lors de vos achats.

PRIX DU COURS: CHF 575.-

Outre les cours proprement dits, ce prix comprend:

- table Bühlmann 0 -700m, immergeable
- carnet de plongée
- manuel de théorie P* PTEROIS

Mais il ne comprend pas:

- la location du matériel éventuel
- le gonflage des bouteilles

IMPORTANT: VOUS POUVEZ DIMINUER LE PRIX DE VOTRE COURS !

Ce cours est prévu pour un groupe d'élèves assistant régulièrement aux cours. En effet, une présence régulière facilite notablement l'organisation des cours pratiques et permet une meilleure progression de l'ensemble des participants.

Afin de récompenser cette assiduité, un bonus de CHF 125.- sera remboursé à chaque élève :

- a) qui aura participé aux 6 plongées prévues.
- b) ou qui aura participé à 5 plongées des 6 prévues et aura annoncé son absence à midi au plus tard le jour de la plongée.

Au-delà d'une absence, annoncée à temps ou non, CHF 40.- par absence seront déduits du bonus maximum.

Au-delà des 6 plongées prévue CHF 40.- par plongée seront également déduits du bonus maximum.

Les absences n'engendrent aucun droit systématique à des plongées de rattrapage.

LOCATION DE MATÉRIEL

Cours P*: Location du matériel CHF 60.- (15.- par objet)

Ce prix comprend:

- Piscine: selon les besoins, mise à disposition d'une bouteille et d'un détendeur.
- Plongée lac jusqu'à l'examen P*: mise à disposition d'une bouteille, d'un détendeur d'un gilet et d'une console avec profondimètre et boussole.
- Une caution de CHF 200.- est demandée (50.- par objet) pour la durée du cours.

CONDITIONS GENERALES

1. Les cours sont organisées sous l'égide de la CMAS.CH affilié à la FSSS (Fédération suisse de sports subaquatiques) et sous la responsabilité d'un moniteur CMAS (Confédération mondiale des activités subaquatiques).
2. L'école et le moniteur déclinent toute responsabilité en cas d'accident ou de maladie imputables à la pratique de la plongée dans le cadre d'un cours.
3. Les participants voudront bien vérifier que leurs assurances (maladie/accidents) les couvrent pour la pratique de ce sport.
4. Les frais d'examen sont compris dans le prix du cours. Ils seront facturés si l'élève se présente à une 2^{ème} session.
5. Toute inscription implique l'acceptation de ces conditions générales.
6. Les rapports entre l'élève et l'école ou le moniteur sont exclusivement soumis au droit suisse. Le for juridique est à Genève.
7. Le candidat doit satisfaire aux conditions d'admission au cours et à l'examen édictés par la CMAS.CH. Il devra notamment présenter un certificat médical attestant qu'il est apte à la plongée.
8. Le club se réserve le droit d'annuler le cours si le nombre de participants est insuffisant.



PTEROIS - CLUB ET ECOLE DE PLONGEE

Case postale 453, 1211 Genève 13

CCP 12-25624-9

**Ecole de plongée du Pteroïs
Cours P* 2009-2010 dès CHF 575.-
s'adressant à des débutants**

Questionnaire annexe

En vue d'assurer une formation optimale à nos plongeurs (et notamment à cause de nos ressources en matériel limitées), nous souhaitons mieux connaître les candidats qui se sont annoncés. Nous vous demandons donc de bien vouloir nous aider en répondant aux questions suivantes:

1. Les dates et les heures des cours vous conviennent-ils, et de ce fait, pouvez-vous garantir d'assister à la majorité des cours (maladie ou motifs exceptionnels mis à part) ?
 Oui Pas vraiment
2. Disposez-vous déjà (ou disposerez-vous d'ici mars 2010) d'un matériel de plongée complet, y compris bouteille, d'un détendeur et d'un gilet ?
 Oui Non. Manque:
3. Comment et par qui avez-vous eu connaissance de nos cours ?
 Par un membre du Pteroïs. Son nom:
 Par un élève suivant un des cours du Pteroïs. Son nom:
 Autrement. Comment ?
4. Avez-vous l'intention de suivre ces cours de façon individuelle ou en compagnie d'amis ou de membres de votre famille ?
 De façon individuelle.
 En compagnie de:
5. Avez-vous déjà pratiqué la plongée en apnée ou la plongée avec bouteilles ?
 Non LA PLONGÉE EN APNÉE LA PLONGEE AVEC BOUTEILLES
 Quelques fois Quelques fois
 Régulièrement Régulièrement
Où ? Où ?

MERCI DE RETOURNER CE QUESTIONNAIRE AU PLUS VITE A:

Peter Frischknecht
5, Vieux-Chemin de Bernex
1233 Bernex



PTEROIS - CLUB ET ECOLE DE PLONGEE
Case postale 453, 1211 Genève 13

CCP 12-25624-9

**Ecole de plongée du Pteroïs
Cours P* 2009-2010 dès CHF 575.-
s'adressant à des débutants**

BULLETIN D'INSCRIPTION

A retourner à Peter Frischknecht - 5, Vieux-Chemin de Bernex - 1233 Bernex

Nom: Prénom: Date de naissance:

Adresse:
.....
.....

Tél. prof.: Tél. privé/natel:

Je suis équipé de ma propre bouteille Oui Non
Je suis équipé de mon propre détendeur Oui Non
Je prends l'option matériel P* Oui Non

Je désire m'inscrire au cours de plongée préparant au BREVET DE PLONGEUR P* (Brevet élémentaire) et je m'engage à payer le cours dès mon acceptation. J'ai pris connaissance et j'accepte les conditions générales (Page 3)

Date: Signature du candidat:

Date: Signature du moniteur:

(A remplir par le club)
Prix:
Date de paiement: