

# 5. MONITEUR CLUB

## 5.1 DÉFINITION

Un moniteur club de plongée subaquatique, est un formateur de plongeur qui exerce au niveau d'un club ou d'un centre de plongée. Il se consacre principalement à la formation et à l'évaluation de brevets de plongeurs et à l'organisation de sorties club.

## 5.2 PRÉREQUIS

- ◆ Etre âgé de 18 ans au moins.
- ◆ Etre détenteur du brevet Assistant Moniteur Lifras.
- ◆ Etre membre d'un club affilié à la Lifras ayant statut d'école.
- ◆ Etre en possession d'un certificat médical de non contre-indication à la plongée et d'un électrocardiogramme à l'effort (ECG), tous deux en ordre de validité.
- ◆ Etre en possession du Certificat Fédéral de Premiers Secours (C.F.P.S.) en ordre de recyclage.
- ◆ Etre en possession du brevet de spécialisation « plongée profonde à l'air ».
- ◆ Savoir parler, lire et écrire correctement le français (ou l'allemand – pour la communauté germanophone).

Avant la présentation aux épreuves de la théorie :

- ◆ Avoir réussi les épreuves en eau libre du brevet Moniteur Club.
- ◆ Avoir, depuis l'obtention du brevet d'Assistant Moniteur, dirigé au moins 20 plongées en eau libre dont 10 en mer ou en Zélande.
- ◆ Avoir 200 plongées (avec un minimum de 60 h) dont au moins :
  - ✓ 25 plongées à 40 m.
  - ✓ 60 plongées en mer dont 50 à 30 m (sans tolérance).
- ◆ Avoir suivi les modules de formation théoriques spécifiques du moniteur club.

Avant la présentation des plongées de formation à l'évaluation des épreuves :

- ◆ Avoir réussi l'examen de théorie du brevet Moniteur Club.
- ◆ Avoir suivi la formation théorique à l'évaluation des épreuves en eau libre.

## 5.3 ÉPREUVES EN EAO

Toutes les épreuves de plongée doivent se faire en EAO sauf si cela est précisé différemment dans le protocole.

### 5.3.1. MC.3.1 ORGANISATION D'UNE PLONGÉE-CLUB COMPRENANT AU MOINS 6 PALANQUÉES : MN+MF/C

Cette épreuve s'effectue en tous lieux

Le candidat doit faire partie d'une de ces palanquées.

Le contrôle doit se faire soit par deux moniteurs nationaux, soit par un moniteur national et un moniteur fédéral.

Le candidat doit prendre en charge :

- ◆ La vérification des carnets de certification des plongeurs.
- ◆ La formation des palanquées, en fonction des règles Lifras.
- ◆ La mise en place et l'organisation de la sécurité.
- ◆ Le briefing aux chefs de palanquée.

**Note impérative pour les moniteurs :** La plongée se déroule normalement : pas de simulation d'incident.

### **5.3.2. MC.3.2 PLONGÉE À 40 M AVEC UN ÉLÈVE QUI Y DESCEND POUR LA PREMIÈRE FOIS : MF/NC**

Cette épreuve s'effectue en EAO et doit se dérouler en tout début de plongée.

La plongée doit s'inscrire dans la courbe de plongée sans palier et se terminer par un palier de sécurité.

Un seul essai est autorisé par jour.

Le moniteur joue le rôle de l'élève et son jugement porte sur la préparation et la conduite d'une telle plongée qui se déroule dans des conditions normales et ne prend sous aucun prétexte l'allure d'une plongée à incidents multiples et répétés.

A 40 m le moniteur simule un incident à caractère technique qui nécessite une remontée contrôlée de maximum 10 m. Si, pour des raisons indépendantes de la volonté des plongeurs ces règles ont été outrepassées, les règles d'exception des Tables Lifras sont d'application.

**Après l'épreuve, la plongée ne peut dépasser 15 m.**

*La successive est autorisée (intervalle minimum : 3 h).*

**Note impérative pour les moniteurs :** un seul incident simulé, pas d'épreuve.

### **5.3.3. MC.3.3 SAUVETAGE D'UN PLONGEUR EN DIFFICULTÉ DE 40 M À 15 M : MF/NC**

Cette épreuve s'effectue en EAO et doit se dérouler en tout début de plongée.

La plongée doit s'inscrire dans la courbe de non palier et se terminer par un palier de sécurité.

Un seul essai sera autorisé par jour.

Candidat et moniteur doivent exécuter cette épreuve en combinaison humide.

Le candidat peut s'équilibrer à 40 m, tandis que le moniteur s'équilibre pour la profondeur de 15 m.

Candidat et moniteur descendent à 40 m. Le moniteur montre le signe OK, l'épreuve commence lorsque le sauveteur a répondu OK :

- ◆ Le moniteur se place en position couchée sur le fond.
- ◆ Le candidat simule le largage du système de lestage de la victime.
- ◆ Prend la victime par une prise de sauvetage.
- ◆ Remonte rapidement la victime jusqu'à 15 m en maintenant sa tête droite ou en légère extension, avec l'embout en bouche :
  - ✓ Sans aide de la victime.
  - ✓ Sans gonfler manuellement les systèmes de stabilisation.
  - ✓ En suivant la trajectoire la + verticale possible.

- ✓ En veillant à éviter les obstacles.
- ✓ Arrêt et stabilisation à 15 m.
- ◆ Ils attendent à cette profondeur l'expiration du temps qu'ils auraient dû mettre pour atteindre ce niveau s'ils étaient remontés à 10 m/min.
- ◆ Une fois l'épreuve terminée, le candidat veille, avant de lâcher la victime, à ce que les systèmes de stabilisation soient vides ou équilibrés. Ensuite, chaque plongeur s'équilibre à sa convenance.

En cas d'abandon en cours de remontée, le moniteur reprend le contrôle de son propre équipement et la direction de la palanquée. L'épreuve s'arrête au signal du moniteur.

**Si la profondeur de 15 m n'est pas atteinte ou dépassée (+ 2 m), l'épreuve n'est pas réussie.**

**Après l'épreuve, la plongée ne peut dépasser 15 m.**

*La successive est autorisée (intervalle minimum : 3 h).*

### **5.3.4. M.C.3.4 DEUX DIRECTIONS D'UN BAPTÊME DE PLONGÉE : MF/C**

Cette épreuve s'effectue en tous lieux.

La palanquée est composée de 2 plongeurs : le candidat et le moniteur vérificateur qui joue le rôle de l'élève.

Pour cette épreuve la palanquée peut également être composée de 3 plongeurs : le candidat, le moniteur et un plongeur non homologué. Le candidat devra s'occuper du plongeur non homologué qui jouera son propre rôle de débutant. Le moniteur se tiendra prêt à intervenir et à reprendre en main la direction de palanquée au moindre problème.

La plongée se déroule dans la courbe de plongée sans palier et la profondeur maximale sera fonction des dispositions physiques et psychiques de l'élève, sans toutefois dépasser 15m.

L'accent sera mis sur :

- ◆ Les directives, les conseils et la mise en confiance de l'élève lors du briefing.
- ◆ La description de l'itinéraire sous l'eau.
- ◆ L'aide à l'équipement.
- ◆ Les consignes de sécurité.
- ◆ Le suivi sous eau : déplacement horizontal et surtout vertical.
- ◆ L'observation des difficultés physiques (Equilibrage, froid, essoufflement, lestage, plaquage de masque...) et de l'attitude du candidat (Craintes de la profondeur, du noir, intervention, aisance et manipulation du matériel...).
- ◆ L'intérêt et l'observation du site parcouru.
- ◆ Le débriefing à l'initiative du candidat (Conseils pour les plongées futures).

*La successive est autorisée.*

## 5.4 HOMOLOGATION

Le candidat doit :

- ◆ Satisfaire aux prérequis de la formation.
- ◆ Satisfaire aux exigences de l'évaluation des compétences pratiques en eau libre.
- ◆ Avoir satisfait aux exigences de l'évaluation des connaissances théorique, pédagogique et des compétences pratiques en EAR.

## 5.5 PRÉROGATIVES

Au-delà des prérogatives de l'assistant moniteur, le moniteur club est formé, évalué et jugé qualifié pour :

- ◆ Surveiller toutes les épreuves des candidats plongeurs (1\*, 2\* et 3\*) en eau libre.
- ◆ Diriger des plongeurs non homologués.
- ◆ Effectuer toutes les tâches liées à l'organisation de la plongée.
- ◆ Organiser les sessions de brevets plongeur 1\* et plongeur 2\*.
- ◆ Fonctionner comme jury lors des passages de brevet plongeur 3\*.
- ◆ Prendre en charge la formation et l'évaluation du brevet de spécialisation plongeur Nitrox Basic (Pour autant qu'il dispose de la spécialisation instructeur Nitrox).
- ◆ Sous la supervision directe d'un moniteur fédéral minimum (présent dans la palanquée lors des épreuves en eau libre) :
  - ✓ Prendre en charge les plongées de formation prévues pour le brevet de spécialisation « Plongée Profonde à l'Air ».
  - ✓ Prendre en charge les plongées de formation prévues pour le brevet d'assistant moniteur.

## 6. VÊTEMENT ÉTANCHE

### 6.1 EPREUVES EN EAO

#### 6.1.1. QVE.3.1 PLONGÉE BAPTÊME : M/C

Le moniteur procède aux contrôles suivants :

- ◆ Vérification du matériel. (cf. texte qualification «vêtement étanche»).
- ◆ L'accessibilité des différents éléments du vêtement.
- ◆ Détermination du lestage.
- ◆ Contrôle des manchons.
- ◆ Contrôle de la collerette.
- ◆ Raccordement et contrôle du fonctionnement de l'insufflateur.
- ◆ Réglage et vérification du fonctionnement des purges manuelles à l'ouverture et à la fermeture tant en automatique (dévisées) qu'en manuel avec pression du doigt sur la valve.

Remarques importantes :

Le port d'un système de stabilisation et de sauvetage est obligatoire quel que soit le type de vêtement utilisé et la fonction du plongeur au sein de la palanquée.

Le briefing attire principalement l'attention sur :

- ◆ Les risques potentiels liés à l'utilisation de ce matériel.
- ◆ La vérification de l'accès et du fonctionnement de la purge et de l'insufflateur du vêtement.
- ◆ La bonne position de la collerette.
- ◆ La nécessité de fermer la purge et de gonfler légèrement le vêtement pour éviter lors de la mise à l'eau que l'air ne s'en échappe et ne modifie l'étanchéité.

A la descente :

L'immersion se fait en pied lourd : position verticale tête en haut.

Au cours de la descente, le moniteur veille à maintenir une flottabilité quasi-nulle soit en utilisant le système de stabilisation et/ou le vêtement étanche.

Sur le fond :

Contrôle de la stabilité du candidat. Le candidat ouvre la purge d'un quart de tour, Au signal du moniteur, le candidat effectue un cumulet.

L'objectif est de permettre au candidat d'appréhender le déplacement de l'air dans le vêtement étanche.

Le moniteur reste en permanence à proximité du plongeur afin de pouvoir intervenir en cas de remontée incontrôlée.

La remontée :

Le moniteur veille à ce que la remontée soit contrôlée et ne dépasse pas la vitesse de remontée du moyen de décompression primaire utilisé. Au besoin, il agit sur le système de stabilisation et/ou le vêtement étanche.

**La remontée se termine par un palier de sécurité de 5 minutes à 5 m.**

### **6.1.2. QVE.3.2 ASSISTANCE À UN PLONGEUR EN DIFFICULTÉ : M/NC**

La palanquée se compose de trois plongeurs : le moniteur, le candidat et le plongeur en difficulté (Plongeur 3\* au minimum).

Ils descendent ensemble à 20 m.

Victime et candidat peuvent être équilibrés à 20 m.

Au signal du moniteur, le candidat :

- ◆ Se positionne face à la victime et assure une prise ferme par le matériel. Le candidat doit démontrer son aptitude à calmer la victime et à la rassurer en lui donnant des consignes claires.
- ◆ Gonfle le ou les systèmes de stabilisation à l'aide de l'insufflateur et entame la remontée assistée. Pendant celle-ci, le candidat a l'autorisation de palmer.
- ◆ Remonte à vitesse contrôlée.
- ◆ S'arrête et se stabilise à 10 m.
- ◆ Une fois l'épreuve terminée, veille, avant de lâcher la victime, à ce que les systèmes de stabilisation soient vides ou équilibrés. Ensuite, chaque plongeur s'équilibre à sa convenance.
- ◆ Au besoin, ils attendent à cette profondeur l'expiration du temps qu'ils auraient dû mettre pour atteindre ce niveau s'ils étaient remonté à 10 m/min. L'épreuve s'arrête au signe du moniteur.

**Après l'épreuve, la plongée ne peut dépasser 15 m.**

Les critères de réussite sont :

- ◆ Pas de redescente.
- ◆ Respect d'une vitesse proche de celle préconisée par le moyen de décompression primaire.
- ◆ Verticalité de la remontée.
- ◆ Arrêt à 10 m. Tolérance de plus ou moins 2 m.

### **6.1.3. QVE.3.3 PLONGÉE DE QUALIFICATION : MF/NC**

Le but de cette plongée est de contrôler les compétences acquises lors des plongées précédentes.

Elle porte sur les points suivants :

- ◆ Contrôle complet lors de l'équipement et du déséquipement.
- ◆ Contrôle de la stabilisation et vérification de l'adaptation du lestage.
- ◆ Contrôle du palmage.

Remontée d'urgence de 20 m

- ◆ Il est nécessaire de réaliser cette remontée à proximité d'une paroi, d'un bout (fixé au fond) ou de toute autre structure permettant au candidat de faciliter l'arrêt de l'épreuve.
- ◆ Le candidat est équilibré sur un fond de 20 m. Au signal du moniteur, le candidat gonfle son vêtement étanche de manière à entamer la remontée sans palmer. Lorsque la vitesse de remontée affichée à l'instrument de mesure atteint 150 %, le candidat purge de manière à s'arrêter avant la profondeur de 10 m.
- ◆ Le moniteur reste en permanence à proximité du plongeur afin de pouvoir intervenir en cas de remontée incontrôlée.

- ◆ Au besoin, ils attendent à la profondeur d'arrêt l'expiration du temps qu'ils auraient dû mettre pour atteindre ce niveau s'ils étaient remonté à 10 m/min. L'épreuve s'arrête au signe du moniteur.
- ◆ La plongée se terminera obligatoirement par un palier de sécurité de 5 minutes à 5 mètres.

**Après l'épreuve, la plongée ne peut dépasser 15 m.**

*Successive interdite.*

Les critères de réussite sont :

- ◆ Arrêt avant la profondeur de 10 m !
- ◆ Verticalité de la remontée