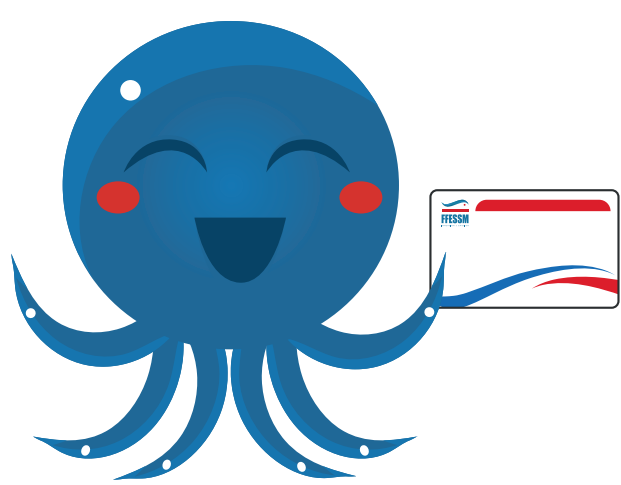


AVANT LA PLONGÉE

NIVEAU 1

L'équipement, les vérifications, la préparation précèdent la mise à l'eau. Voici un tour d'horizon pour plonger en toute sécurité et tranquillité !

PRÉREQUIS



La licence



Le certificat médical



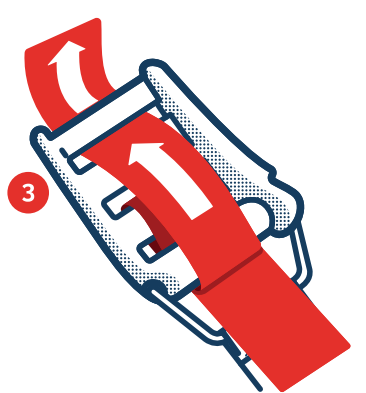
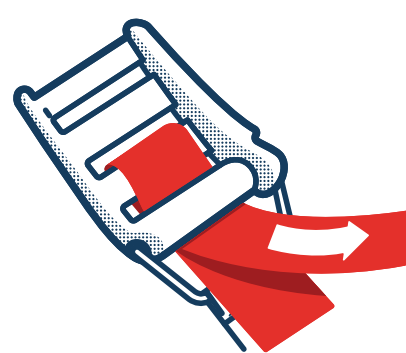
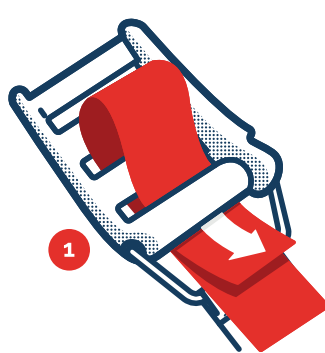
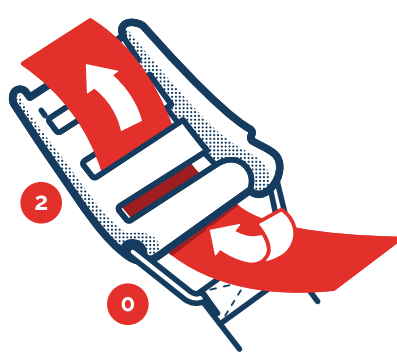
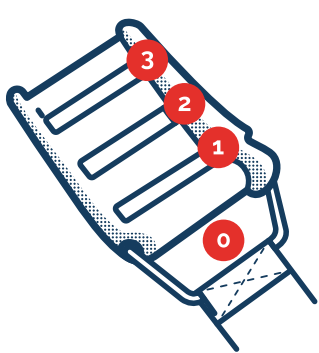
Avoir au moins 12 ans !

GRÉER SON SCAPHANDRE

Boucle ouverte et levier métallique



Système à sangle (0-2-1-3)



MONTER SON DÉTENDEUR



Étrier



DIN



Direct system



Vérifier la pression

S'ÉQUIPER DANS LE BON ORDRE



La combinaison



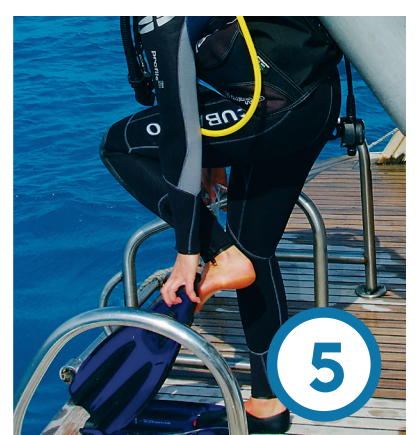
Le Lestage



Le masque



Le scaphandre



Les palmes

