

**Pour avoir son N2 (ou plus), il faut être capable de réussir des exercices en milieu naturel.**

**Pour y arriver, il faut s'entraîner lors de plongées d'exercices, appelées « plongées techniques ».**

*Pourquoi demander un nombre de plongées minimum pour commencer une formation ?*

Pour faire des exercices en mer, nous vous demandons d'avoir fait une quinzaine de plongées **minimum** en milieu naturel depuis votre N1 ou pour les N2, une vingtaine de plongées en autonomie ainsi qu'une dizaine de profondes (+ de 30m).

Il est vrai que demander un minimum de plongées pour participer à une activité fait un peu discriminatoire, mais ce n'est pas pour vous ennuyer.

C'est simplement que sans un minimum d'expérience, les exercices du niveau suivant vont vous sembler si difficiles que vous n'arriverez pas à les réaliser.

Conséquences :

- Vous gaspillez votre temps et votre argent (ça, c'est votre problème).
- Vous vous mettez en situation d'échec : c'est décourageant.
- Vous occupez un moniteur du club à quelque chose qui ne peut pas aboutir alors qu'il aurait pu à la place former quelqu'un d'autre plus utilement ou tout simplement rester au chaud chez lui !

On considère généralement qu'il faut au moins 25 plongées pour commencer la formation N2.

Au C.S.A. nous choisissons de n'en demander qu'une quinzaine, car :

- La formation se déroulant pendant un an l'élève a le temps de compléter son expérience en cours de route.
- Les moniteurs sont très généreux de leur temps et sont prêts à prendre le risque d'aller se cailler en mer pour un gugusse qui n'a que 15 plongées, au cas où ce serait un petit génie hyper doué.

***Je n'ai pas l'expérience demandée, comment puis-je faire ?***

Allez faire des plongées d'exploration !

La finalité de la plongée n'est pas de passer sa vie en piscine ou à faire des plongées techniques pour courir après le niveau suivant. Votre carte de N1 est une carte de plongeur, utilisez-la pour vous faire plaisir et accumuler de l'expérience !

Dans un club associatif, tout le monde peut participer à l'organisation de sorties, alors proposez d'organiser un week-end. L'encadrement du club vous conseillera et vous filera un coup de main.

### ***Combien de plongées techniques faut-il pour avoir son niveau ?***

Au C.S.A., nous ne faisons pas d'examen ponctuel pour la pratique.

Vous aurez votre niveau dès que vous aurez réussi les exercices auxquels vous vous entraînerez pendant vos plongées de formation.

C'est le principe du contrôle continu.

Ces exercices sont ceux qui sont définis dans le « Manuel de Formation Technique » de la FFESSM. On ne vous en demandera ni plus, ni moins.

Beaucoup de plongeurs auront leur N2 en 12 plongées, mais en fonction de votre aisance dans l'eau (maîtrise de la stabilisation et de la ventilation en particulier) cela peut être plus court ... ou beaucoup plus long.

Il est certain que plus vous aurez accumulé d'expérience en plongées d'exploration, plus les exercices vous sembleront faciles.

En fonction de la disponibilité des encadrants, nous essayons de vous proposer des week-ends techniques à partir de fin mars jusqu'à fin juin ou un stage d'une semaine au mois d'Avril/Mai.

Rendez-vous aux inscriptions avec votre carnet de plongées !

Bonnes plongées.