



Check Dive nouveau Candidat

Nom du plongeur : _____

La check dive est considérée comme validée uniquement après réception de l'émolument de **50.- CHF** par l'encadrant, et une fois le document **signé par le plongeur et l'encadrant**. Elle doit ensuite être transmise au comité par l'évaluateur à l'adresse : comite@cssl.ch

La check dive constitue une étape du processus d'intégration des nouveaux candidats, mais ne signifie pas que le candidat est automatiquement accepté comme membre du club. L'acceptation finale relève de la décision du comité.

Matériel obligatoire		
Skills	Evaluation instructeur	Validation : Signature évaluateur
Masque, palmes et tuba (optionnel)	☐ validé ☐ A modifier ☐ A se procurer	
Un gilet de stabilisateur (BCD) avec un direct system.	☐ validé ☐ A modifier ☐ A se procurer	
1 Détendeur principal révisé avec premier étage indépendant adapter pour l'eau froide.	☐ validé ☐ A modifier ☐ A se procurer	
Source d'air alternative avec premier étage indépendant adapter pour eau froide et système d'accroche	☐ validé ☐ A modifier ☐ A se procurer	
Manomètre submersible avec système d'accroche	☐ validé ☐ A modifier ☐ A se procurer	
Systèmes de Lestage adapté	☐ validé ☐ A modifier ☐ A se procurer	
Ordinateur personnel de plongée	☐ validé ☐ A modifier ☐ A se procurer	
Combinaison de plongée adaptée aux conditions lacustres (étanche en hiver seulement)	☐ validé ☐ A modifier ☐ A se procurer	
Bouteille d'air comprimé avec 2 sorties avec EMPA ok	☐ validé ☐ A modifier ☐ A se procurer	
Objet coupant	☐ validé ☐ A modifier ☐ A se procurer	
Lampe (au minimum 1 lampe de secours avec suffisamment d'autonomie pour réaliser une plongée entière et convenablement rangé)	☐ validé ☐ A modifier ☐ A se procurer	
Signal de sauvetage (DSMB, Siflet)	☐ validé ☐ A modifier ☐ A se procurer	
Boussole / compas (conseillée)	☐ validé ☐ A modifier ☐ A se procurer	

Préparation & vérifications				
Skills	Evaluation instructeur			Validation : Signature évaluateur
Assemblage et inspection de l'équipement, choix du lest	☐ Excellent	☐ Bien	☐ A améliorer	
Utilisation adéquate du matériel et rangement correct	☐ Excellent	☐ Bien	☐ A améliorer	
Check pré-plongée (START / ABCDE / BALLO)	☐ Excellent	☐ Bien	☐ A améliorer	
Briefing clair avec le binôme	☐ Excellent	☐ Bien	☐ A améliorer	
Planification cohérente (pression départ, retour 50 bar minimum, palier, durée)	☐ Excellent	☐ Bien	☐ A améliorer	
Revue des procédures en cas de perte de binôme (chercher pendant 1 minutes puis remonter à la surface en suivant le fond, point de réunion, etc.)	☐ Excellent	☐ Bien	☐ A améliorer	

Immersion & navigation (Profil : max 18m, sans déco, palier sécurité minimal 1-3min entre 3-5m)				
Skills	Evaluation instructeur			Validation : Signature évaluateur
Entrée sécuritaire dans l'eau	☐ Excellent	☐ Bien	☐ A améliorer	
Descente contrôlée avec équilibrage régulier	☐ Excellent	☐ Bien	☐ A améliorer	
Contrôle de la flottabilité à la descente et en immersion	☐ Excellent	☐ Bien	☐ A améliorer	
Orientation basique sans boussole	☐ Excellent	☐ Bien	☐ A améliorer	
Si le plongeur a une boussole, est capable de montrer la sortie en tout temps pendant la plongée (Cap de sortie)	☐ Excellent	☐ Bien	☐ A améliorer	
Communication au binôme de la pression	☐ Excellent	☐ Bien	☐ A améliorer	

Gestes essentiels				
Skills	Evaluation instructeur			Validation : Signature évaluateur
Enlever et remettre le masque	☐ Excellent	☐ Bien	☐ A améliorer	
Récupération et vidage de détendeur	☐ Excellent	☐ Bien	☐ A améliorer	
Simulation de panne d'air et utilisation de la source d'air du binôme (S-Drill)	☐ Excellent	☐ Bien	☐ A améliorer	
Remontée contrôlée avec palier à 3-5 m	☐ Excellent	☐ Bien	☐ A améliorer	
Contrôle des pressions pendant la plongée	☐ Excellent	☐ Bien	☐ A améliorer	
Gestion de l'étanche (si applicable)	☐ Excellent	☐ Bien	☐ A améliorer	

Sécurité et autonomie				
Skills	Evaluation instructeur			Validation : Signature évaluateur
Respect des prérogatives (profondeur, autonomie, comportement)	☐ Excellent	☐ Bien	☐ A améliorer	
Gestion du stress, communication claire	☐ Excellent	☐ Bien	☐ A améliorer	
Remontée avec réserve ≥ 50 bar	☐ Excellent	☐ Bien	☐ A améliorer	
Contrôle des pressions pendant la plongée et communication au binôme	☐ Excellent	☐ Bien	☐ A améliorer	
Respect des procédures en cas d'incident (perte du binôme, etc.)	☐ Excellent	☐ Bien	☐ A améliorer	
Respect des distances de sécurité avec binôme (épaule à épaule, distance permettant de réagir en cas de besoin)	☐ Excellent	☐ Bien	☐ A améliorer	

Conclusion de l'évaluateur

Date : ____ / ____ / ____

Profil de la plongée (max 18m, pas de déco, pallier sécurité minimal 1-3min entre 3-5m) : Temps : _____ Profondeur : _____

- ☐ Le candidat peut intégrer le club sans avoir à retravailler certaines techniques de plongées.
- ☐ Le plongeur doit travailler certaines techniques. Il est autonome pour retravailler ses points en toute sécurité
- ☐ Un accompagnement via un parrain/marraine du club est recommandé pour retravailler certaines techniques de plongées.
- ☐ Une formation complémentaire dans une structure professionnelle est nécessaire et le candida devra refaire une check-dive et s'acquité des frais de 50.- CHF. Si le candidat a réalisé cette formation via un encadrant du club, la check-dive sera validé par le moniteur sans frais supplémentaires.

Nom du parrain/marraine (si désigné) : _____

Engagement du plongeur

- J'ai bien compris les retours de mon évaluateur suite à cette check-dive. Je sais ce que je maîtrise déjà, et ce que je dois encore travailler pour plonger en sécurité avec le club. Je m'engage à m'entraîner sur les points identifiés comme "à améliorer".
- Si un parrainage m'a été proposé par le club en lieu d'une formation professionnelle externe, je m'engage à solliciter mon parrain en cas de doute ou de difficulté.

Le but, c'est de progresser dans de bonnes conditions, pour moi et pour mes binômes.

Date : ____ / ____ / ____

Signature du postulant : _____