



**ASSOCIATION SUBAQUATIQUE PAIMPOLAISE**

FFESSM N° Club : 03220119 - DDCS N°: W2240010022

Centre Henry Dunant - 22500 PAIMPOL

Mob: 06.83.39.95.68

Email : [plonger@assub.fr](mailto:plonger@assub.fr)

Site internet: [www.assub.fr](http://www.assub.fr)

**Rentrée 2017**

# ASSUB 2017-2018

**➔ SAMEDI 16 SEPT : DE 14H00 À 16H00**

**BAPTEME DE PLONGÉE EN MER**

Tarif: 25€ - à partir de 12 ans - - sur réservation.

**➔ SAMEDI 22 SEPT : DE 9H30 À 12H30**

**INSCRIPTIONS À COZ CASTEL.**

**PORTES OUVERTES À COZ CASTEL.**

**➔ LE MERCREDI 27 SEPT :**

**DE 19H00 À 21H00 :**

**BAPTEME DE PLONGÉE OFFERT AUX  
FUTURS ADHERENTS À LA PISCINE  
ISLANDIA.**

**➔ FORMATIONS PLONGEURS ADULTES N1. N2. N3.**

- Entraînements à la piscine Islandia les mercredi **de 19h00 à 21h00.**
- Entraînements en fosse de 5m à Aquabaie à ST BRIEUC.
- Cours théoriques et plongées en mer ADAPTEES ET ENCADREES PAR NOS MONITEURS à la base nautique de coz castel.
- Formation en biologie sous-marine: Niveaux 1 et 2.

**➔ FORMATIONS JEUNES PLONGEURS.**

1ere année, de 12 à 14 ANS: Plongeur de bronze, argent, or.

2eme année, de 12 à 14 ANS : Plongeur niveau 1.

A partir de 14 ans : Plongeur niveau 1.

- Entraînements à la piscine Islandia les mercredis **de 19h00 à 20h00.**
- Cours théoriques et plongées en mer ADAPTEES ET ENCADREES PAR NOS MONITEURS à la base nautique de coz castel.
- Week-end Robinson : 3 plongées en mer et validation des brevets.

**➔ FORMATIONS ENCADRANTS FFESSM.**

- Guide de Palanquée N4, initiateur E1, Passerelles CMAS.
- Monitorat MF1 et MF2
- RIFAP (Réaction intervention face aux accidents de plongée).

**➔ BAPTÊMES - RANDONNÉES PALMÉES**

**➔ PLONGÉES D'EXPLORATION DANS L'ARCHIPEL DE  
BREHAT**

**➔ VOYAGE CLUB**