

## ASSOCIATION SUBAQUATIQUE PAIMPOLAISE

Centre Henri Dunant – 22500 PAIMPOL

Mobile : 06 83 39 95 68

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

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

DDCS n°W2240010022



## PORTES OUVERTES ET INSCRIPTIONS

Samedis 10 et 17 septembre : 9h30 - 13h00

Base nautique de COZ CASTEL – Paimpol

## RENTREE A LA PISCINE ISLANDIA

Mercredis à partir de mi-septembre : 19h-21h

BAPTEMES DE PLONGEE EN PISCINE OFFERTS AUX  
FUTURS ADHERENTS

Piscine ISLANDIA – Paimpol

Pour tout renseignement, vous pouvez nous contacter par mail ou téléphone

*L'ASSUB est un club associatif affilié à la FFESSM, les activités sont encadrées par des moniteurs et encadrants brevetés et reconnus pas la Fédération.*

# Activités proposées

- Entraînements à la piscine (plongée bouteille, nage avec palmes, apnée)
- Plongées en mer à partir de la base nautique de Coz Castel

## FORMATIONS *(sous réserve)*

Formations Plongeurs (à partir de 14 ans) : N1, PE40, N2, N3

- Entraînements à la piscine (mercredis – 19h-21h)
- Cours théoriques et plongées en mer
- Stages de formation accélérée en mer en début de saison
- Possibilité de formation en biologie sous-marine (niveau 1)

Formations encadrants FFESSM

- Initiateur E1, Guide de palanquée N4, Passerelle CMAS
- Moniteurs MF1 et MF2
- RIFAP - Réaction intervention face aux accidents de plongée

## PLONGEES LOISIR

Plongées d'exploration dans le Trieux et l'Archipel de Bréhat

Découverte Baptêmes – Randonnées palmées

Sorties club en Bretagne, Voyage club

REJOIGNEZ NOUS !

