



Proposition de séance sur le thème : **Présentation du parachute de palier**

Objectifs

Permettre au Pn2 de connaître, d'utiliser et de choisir leur parachute pour les week-ends de validation des compétences, à Marseille :

- ⇒ Gain de temps sur place
- ⇒ Début autonomie, organisation
- ⇒ Travail sur la stabilisation en piscine et en fosse

Structure et contenu de la séance

- 1. Organisation**
- 2. Organisation séance**
- 3. Briefing surface : présentation du parachute**
- 4. Briefing surface : utilisation du parachute**





1. Organisation

✓ Séance à l'attention des PN2

Briefing avant plongée après avoir gréé les scaphandres (cf. 2) présentation du matériel et l'intérêt du parachute.

Deux séances peuvent être réalisées, si le besoin et si il y a une demande de la part des élèves.

Voici le planning proposé :

	PN2A	PN2B	Remarques
Initiation	12/02	05/02	
Entraînement en fosse	21/02	21/02	pour les présents
NEMO	23-24/02	23-24/02	pour les présents
Perfectionnement	05/03	26/02	En option
Entraînement en fosse	14/03	14/03	
Perfectionnement	26/03	19/03	En option
Marseille	12 13 14/04	12 13 14/04	

✓ Matériels

Présenter plusieurs parachutes/groupe de 3 plongeurs/matériel par palanquée

- Un bon marché avec la ficelle d'origine
- Un gréé avec un bout et un plomb
- Le perso du moniteur (enrouleur avec soupaque par ex.....)

Nous disposerons de 5 parachutes au club. Il est vivement conseillé aux moniteurs de venir avec leur parachute perso (avec un bout adapté à la profondeur de la piscine/fosse)

Attention : prévoir des bouts 2/3 m avec un mousqueton (éviter les plombs pour les carreaux de la piscine).

2. Organisation séance

✓ Briefing

Briefing surface sur la présentation du parachute (cf. point 3, très exhaustif) : 10 min

Briefing sur le travail sous l'eau : 10 min

✓ Travail sous l'eau

Attention le travail doit se réaliser stabilisé, sinon aucun intérêt !!!

Une démonstration peut être réalisée par le moniteur.

Chaque élève fait un essai.

- Exercice 1
 - Décrochage, accrochage à un anneau de la stab (droite et gauche)
 - Rangement dans la poche, fermeture de la poche, réouverture (droite et gauche)
- Exercice 2
 - Décrochage (poche ou anneau)



- Déroulage du bout
- Déroulage du parachute
- Gonflage

- Exercice 3
 - Refaire l'exercice 2
 - Se faire passer le parachute de main à main
 - Se déplacer avec
 - Tirer le parachute (simulation signe de détresse)

- Exercice 4
 - Refaire les exercices 1 et 2
 - Sortir au parachute (en montant à vitesse lente : de main à main)
 - Récupération du bout en surface,
 - Donner son parachute au zodiac (moniteur au bord de la piscine)

✓ **Débriefing en surface**

Faire discuter les élèves sur leurs démonstrations

- Quel modèle préférez-vous ?
- Technique ?
- Difficultés rencontrés ? Solution ?

A renouveler à chaque fosse (faire rappeler aux élèves de ramener leur propre parachute).

✓ **Sécurité**

- 1 moniteur pour 3 élèves maximum
- Attention à ne pas emmêler les parachutes des autres palanquées
- Attention aux remontées rapides !!!
- Rappeler l'expiration indispensable en remontée

3. Briefing surface, présentation du parachute

Avoir un parachute = un outil de sécurité, selon la dernière version du Code du Sport (avril ou mai 2012) un parachute par palanquée

IL existe des règles de base, du pliage au largage.

➤ **Parachute en plongée, pour quoi faire ?**

Il sert à signaler des plongeurs en immersion, particulièrement lorsqu'ils sont au palier. Lancer un parachute permet à la sécu-surface de les surveiller et aux autres bateaux de les éviter.

L'intérêt augmente en cas de dérive et/ou au courant. Le bateau peut alors visuellement suivre les différentes palanquées.

Deux parachutes côte à côte ou un parachute agité vigoureusement peuvent aussi signaler au bateau une demande d'assistance.

➤ **Les dangers du parachute**

Mais son utilisation, si elle n'est pas maîtrisée, représente un danger.



- Un parachute mal lancé peut facilement se transformer en ascenseur. Ex : si vous gonflez modérément un parachute de 18 litres depuis 10 mètres son volume va doubler une fois arrivé en surface
 - S'il se prend dans vos palmes, il peut vous soulever comme un fétu de paille et vous envoyer en surface en quelques secondes sans que vous ayez le temps de réagir. Et ce d'autant plus facilement que le phénomène va être amplifié par l'air emprisonné dans la stab
- ⇒ Risque de barotraumatisme grave (Surpression Pulmonaire) et ADD

➤ **Le parachute n'est donc pas un gadget.**

Une petite formation et une remise en question individuelle périodique sont souhaitables.

➤ **Un parachute de plongée se compose de 4 éléments :**

- **Une enveloppe** en toile avec coutures qui reçoit l'air. Mieux vaut éviter les parachutes à bords collés, ils vont vous lâcher par crevaison au plus mauvais moment. Certains sont dotés d'une soupape de surpression (qui lâche l'air en excès) et un bec de canard (qui empêche le trop plein d'air de sortir). La hauteur du parachute dépend de votre besoin de visibilité.

- Une **attache à la stab**, le cas échéant. Un simple mousqueton rapide en inox ou en laiton avec attache souple à la main. Choisissez le lourd et de la taille de votre paume, il sert également de lest (poids), ce qui constitue une économie de moyens. Il est aussi possible de ranger son parachute dans l'une des poches de la stab.

- Un **bout** (ficelle en langage maritime). Dans le commerce, le parachute est généralement livré sans lest, avec une cordelette très longue, molle et de faible section. Elle est propice à tous les emmêlements et source du danger. Il est donc préférable d'opter pour une tresse de marin en polyamide de bonne section (5 à 7mm).

Le plomb intégré est inutile.

La longueur est variable suivant vos pratiques. Pour des plongées avec peu ou pas de palier, un bout de 7 mètres suffisent pour faire un palier de sécu à 5 mètres. Ce genre de bout est rigide, très agréable en main et ne peut pas s'emmêler.

- Le **moulinet**, destiné à des plongées profondes avec longs paliers en dérive. Mais peut être utilisé par des débutants en prenant conscience d'une certaine technique.

- Avantages : aucun risque d'emmêlage dans les palmes, ni d'accrochage aux rochers. Rapidité de rangement en fin de plongée.
- Inconvénient : le gonflage demande une technique particulière de maintien de l'enrouleur.

➤ **Le pliage du parachute**

Le pliage doit être soigneux pour prolonger la vie de votre parachute. Eviter de laisser de l'air à l'intérieur ce qui va vous perturber pendant toute plongée. Plus facile si vous avez un parachute à soupape (à conseiller +++).

L'enveloppe peut se ranger dans une pochette ou dans la stab avec des scratches ou enroulé avec un élastique.

4. Briefing surface : utilisation du parachute

Le largage du parachute

Il se fait en trois étapes : **décrochage, déroulage, gonflage**, la partie la plus délicate.



Comment larguer un parachute de plongée

- Mettez-vous courant dans le dos (le bout va ainsi s'éloigner de vous).
- Par sécurité demandez à vos équipiers de se placer à vos côtés et non pas devant vous, ils ne doivent pas participer à la manœuvre.
- Vérifiez que vous êtes à la bonne profondeur (si votre bout fait 7 mètres vous devez être un mètre plus haut)
- Vérifiez que votre flottabilité est neutre
- Commencez à gonfler avec votre détendeur de secours d'une ou plusieurs insufflations courtes pour simplement dresser le parachute.
- Puis, après avoir re-vérifié votre profondeur, gonflez à fond et lâchez le bout bras tendu. Il va se dévider entre vos doigts.
- Enfin pesez dessus de votre poids pour le dresser en surface et ainsi être visible.

Votre palier peut démarrer.

1. Pour les prochaines séances... en mer !!!

Même en eau claire et pour des paliers courts exigez que tout le monde se mette en grappe sur votre parachute bout en main ; vous pourrez ainsi communiquer sur le temps restant.

Pendant tout le palier le bout doit rester à pendre. Vouloir la récupérer tout de suite est inutile et vous empêcherait d'intervenir sur un équipier en cas de besoin (cf. avantage du dévidoir). Bien entendu si vous risquez d'accrocher quelque chose au fond ou du corail l'exception confirme la règle.

Une fois à couple du bateau votre parachute sera récupéré par une personne du bord et le bout également.

Bonnes plongées !