



CSAR PLONGÉE SOUS-MARINE - RUELLE SUR TOUVRE



LOCALISATION :

Situé au 46, Rue du pont neuf – 16600 RUELLE / TOUVRE, notre club de plongée sous-marine,

vous attend pour de nombreuses aventures et découvertes !!



Nos encadrants bénévoles, diplômés de la Fédération Française de Sport et d'Études Sous-Marines, vous accueilleront dans la bonne humeur, et vous proposeront baptêmes, formations et Explorations diverses.

Nos saisons sont rythmées par des entraînements hebdomadaires en piscine, des plongées en Touvre, des sorties club en Atlantique, Manche, Méditerranée, et diverses animations et moments de convivialité comme le repas de remise des diplômes, la soirée Barbecue, le Rallye, le TriaTruc,

Nous organisons aussi, chaque année, des séjours « exotiques » pour découvrir les merveilles du monde sous-marin, comme l'Égypte, les Maldives, Les Philippines, le Mexique, des croisières en Mer Rouge,



BAPTÊMES PLONGÉE SCAPHANDRE :

Nous vous proposons de découvrir sur rendez-vous (veuillez nous contacter, une semaine à l'avance), en toute sécurité, cette activité, au centre Nautilus et d'appréhender ces nouvelles sensations et faire vos premières bulles !! ☺



ENTRAÎNEMENTS :

Nos séances d'entraînements, se déroulent, tous les Mardis de 20h30 à 22h15 et Vendredis de 20h30 à 22h30, au centre nautique NAUTILIS (point de rencontre dans le hall). Ces séances vous permettent de parfaire vos techniques de nage, de palmage, d'apnée et d'entretenir votre forme physique, très importante pour la pratique de la plongée.

Durant ces sessions, et en fonction du calendrier de formation, différents exercices, vous permettront d'acquérir les gestes techniques requis (lâcher-reprise d'embout / vidage de masque / Signes et langage de communication subaquatique...) pour profiter de ce milieu aquatique, dans les meilleures conditions de sécurité.



FORMATIONS FFESSM & CMAS

Ces différentes formations vous permettront un niveau de plongeur, reconnu internationalement. Dès le Niveau 1, vous pourrez plonger jusqu'à un maximum de 20 mètres de profondeur, encadré par un guide de palanquée certifié.

A partir du Niveau 2, vous devenez autonome jusqu'à une profondeur de 20 mètres, et vous pourrez évoluer, accompagné par un guide de palanquée, jusqu'à des fonds de 40 mètres.

Avec le Niveau 3, vous deviendrez autonomes jusqu'à 60 mètres.

Le Niveau 4, diplôme de Guide de Palanquée, peut aussi être préparé au sein de notre club avec le support du CODEP16 FFESSM et du Centre Fédéral du CSNA, situé à HENDAYE.



ATTENTION toutefois, pour des raisons évidentes de SÉCURITÉ, la pratique de la plongée en scaphandre, tout comme la plongée libre (Apnée), ne se pratiquent JAMAIS seul.

ADHÉSION :

Pour adhérer au CSAR PSM, vous pouvez consulter notre site Internet et télécharger la fiche d'adhésion ici :

<http://www.csarpsm.fr/index.php?categorie=view&article=inscription>

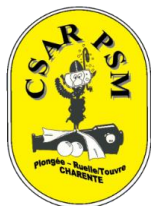
Sur ce site, vous pourrez prendre connaissance des conditions d'adhésion, de nos tarifs, et télécharger les différents formulaires nécessaires à la pratique de la plongée et trouver des informations diverses.

Vous pouvez aussi et également nous rencontrer au centre nautique, Nautilus, tous les Mardi et Vendredi, dans le hall, à partir de 20h15.



Concernant le matériel nécessaire et requis à la pratique de la plongée en scaphandre, il sera mis à votre disposition, au titre de prêt, par le club.

Pas d'inquiétude !!



CONTACT :

Siège : Club Sportif et Artistique de Ruelle
Plongée Sous-Marine – 46, rue du Pont Neuf –
16600 Ruelle / Touvre

Président : Emmanuel DARTEVELLE

☎ : 06.24.69.79.18

✉ : edartevelle@piscinalis.com

Secrétaire : Valérie ALHÉRITIER

☎ : 06.81.74.07.36

✉ : secretairecsarpsm@free.fr

Retrouvez nous, sur notre site Internet :

<http://www.csarpsm.fr>

PARTENAIRES :



CSAR PSM



Plongée sous – marine Ruelle / Touvre (16)

- Baptêmes, Formations FFESSM, RIFAP
- Plongées techniques et d'exploration
- Entraînements piscine de Nautilus et fosse de CIVAUX
- Nage avec Palmes, Apnée
- Découverte bio
- Weekend plongées & Sorties club...

Contacts :

Président - Emmanuel DARTEVELLE – 06.24.69.79.18

Secrétaire – Valérie ALHERITER – 06.81.74.07.36

Messagerie - secretairecsarpsm@free.fr

Site Internet : <http://www.csarpsm.fr>



CSAR PSM : Club Sportif et Artistique de Ruelle Plongée Sous-Marine
46, rue du pont neuf – 16600 Ruelle/Touvre
Affiliation FFESSM 02.16.0085

