



ASSOCIATION DE PLONGÉE SUBAQUATIQUE DU VAL D'OISE - CERGY-PONTOISE



Déclarée à la Préfecture, le 17 février 1969 (n°4881)
Agrée par la Direction de la Jeunesse, Sport et Loisirs (n° 95 s 66)
Affiliée à la F F E S S M, Club n° 07 95 0101

INFORMATION DES NOUVEAUX ADHERENTS Saison 2018 - 2019

CONDITIONS D'ADHESION A L'APSAVO

- Savoir nager.
 - Avoir **15 ans**, ou atteindre 15 ans avant le **31 décembre 2019**.
 - Constituer un dossier comprenant :
 - . une **fiche d'inscription**,
 - . une **autorisation parentale** pour les mineurs (incluse dans la fiche d'inscription),
 - . une **photo** d'identité,
 - . un **certificat médical** d'absence de contre-indication à la pratique des activités subaquatiques délivré :
 - par un **médecin généraliste** pour l'ensemble des activités en loisir et en compétition (à spécifier)
 - par un **médecin fédéral ou un médecin du sport** pour certaines activités (Trimix, Handisub, Apnée en profondeur > 6 mètres en compétition) et en cas de reprise de l'activité après un accident de plongée.
- Voici le modèle de certificat médical établi par la FFESSM :
https://ffessm.fr/ckfinder/userfiles/files/pdf/CACI_V_05_2018.pdf
Consultez la liste des médecins du sport de la région Ile-de-France sur le site Internet :
<https://ffessmcf.fr/les-medecins/>
- . une **autorisation parentale de plonger au Centre UCPA Aqua Hauts-de-Seine** de Villeneuve-la-Garenne, pour les mineurs.
 - . les **photocopies de vos brevets et qualifications** de plongée, d'autres activités subaquatiques et de secourisme.
- S'engager à respecter les statuts et le **règlement intérieur** de l'Association.
 - Verser une **cotisation annuelle**.

MONTANT DES COTISATIONS POUR LA SAISON 2018 - 2019 :

- | | | |
|--|--------------|---|
| - adhésion adulte plongée et apnée | 225 € | Permet de pratiquer toutes les activités du club. |
| - adhésion jeune de moins de 16 ans | 190 € | “ “ “ “ “ |
| - pour chaque autre membre de la famille | 190 € | “ “ “ “ “ |
| - adhésion adulte Nage en eau vive seule (NEV) | 165 € | Permet de pratiquer la NEV (sorties club, compétitions) et piscine le samedi. |
| - adhésion NEV jeune et autre membre de la famille | 130 € | |
| - adhésion sans prestation : | 60 € | Licence fédérale seule, activités limitées. |

La cotisation permet de couvrir :

- les fournitures fédérales : licences, carnets de plongée, brevets,
- l'achat et l'entretien du matériel collectif,
- les frais de fonctionnement du club : administration, formation, activités diverses.

Elle ouvre droit à :

- la licence fédérale, qui comprend une assurance responsabilité civile aux tiers,
- l'entrée de la piscine les jours d'entraînement (sauf pour les adhérents sans prestation),
- la formation pratique et théorique par les cadres techniques du club,
- la participation aux activités proposées par le club hors piscine (limitée pour les adhérents sans prestation).

ABONNEMENT A LA REVUE FEDERALE SUBAQUA

Vous pouvez vous abonner à la revue fédérale SUBAQUA (6 numéros par an). Prix : **26 €**

ASSURANCE COMPLEMENTAIRE

Une assurance complémentaire « individuelle accident » peut-être souscrite auprès de AXA – Lafont assurance, l'assureur de la FFESSM. Cette assurance est facultative mais **vivement recommandée** pour les entraînements en piscine et les sorties en mer. Elle est **obligatoire** pour participer à des compétitions de nage avec palmes, nage en eau vive, plongée sportive et tir sur cible. Le montant des cotisations varie selon le niveau des garanties.

Tarifs 2018-2019 :

Loisir Base 1 :	20 €	Loisir Top 1 :	39 €
Loisir Base 2 :	25 €	Loisir Top 2 :	50 €
Loisir Base 3 :	42 €	Loisir Top 3 :	83 €

L'**option Top** inclut une assurance voyage plongée valable dans le MONDE ENTIER.

Détails des tarifs et des garanties sur le site Internet www.apsavo.fr.

PASS D'ACCES A L'ILE DE LOISIRS DE CERGY

L'APSAVO propose l'acquisition d'un **PASS** d'accès à l'île de Loisirs de Cergy. Il permet de stationner gratuitement sur les parkings au printemps et en été ; il est **obligatoire** si vous souhaitez pratiquer la nage avec palmes dans les étangs et utiliser les vestiaires et les installations sanitaires de la Base.

Il est associé au numéro d'immatriculation de votre voiture pour le contrôle automatique par des bornes de lecture optique à l'entrée du parking. Son prix est de **12 €** pour l'année.

Siège Social : HALL OMNISPORTS, 1, RUE PIERRE DE COUBERTIN 95300 PONTOISE

SIRET 448 526 038 00014 – Code APE 926C

Correspondance : Philippe GRATAY 178 rue de la Marne 95610 ERAGNY SUR OISE

Site Internet : www.apsavo.fr - Contact : webmaster@apsavo.fr

MATERIEL

Pour les entraînements en piscine, chaque adhérent doit posséder le matériel individuel suivant : une paire de palmes de plongée, un masque et un tuba.

Le club fournit les scaphandres de plongée (bouteilles, gilets stabilisateurs, détendeurs, manomètres) utilisés pour les entraînements en piscine et les sorties en milieu naturel, les hydrospeed (flotteurs) pour la Nage en Eau Vive (NEV), les arbalètes et les cibles pour le tir sur cible subaquatique (TSC) et le matériel spécifique de la Plongée Sportive en Piscine (PSP).

Pour les activités en milieu naturel (mer, étang, rivière, torrent), l'utilisation d'une combinaison de plongée ou de nage (personnelle ou louée) est indispensable.

L'acquisition des équipements de plongée accessoires (instruments, ceinture, plombs, couteau, lampe, etc.) est à la charge des adhérents.

FORMATION DES PLONGEURS

La formation comprend deux parties :

- **Formation pratique** en piscine.
Les plongeurs évoluent dans des groupes de niveau homogène. Chaque groupe est placé sous la responsabilité des cadres techniques du club.
L'entraînement se déroule à la piscine de Cergy Préfecture tous les **jeudis de 20 h 30 à 22h**. Pour faciliter l'organisation de la séance, il est recommandé d'être présent en tenue dès 20 h 30 au bord des bassins. Les vestiaires sont ouverts à 20 h 15.
- **Formation théorique**, réalisée en parallèle à la formation pratique, lors de cours spécifiques organisés le mardi soir de 20 h 30 à 22 h d'octobre à février.

A la fin de la formation, le club organise des **épreuves théoriques et pratiques (en piscine, en étang et en mer)** en vue de l'**obtention des brevets fédéraux** de plongeurs de **niveaux 1, 2 et 3 et des qualifications PE 40 et NITROX**. En cas de succès à ces épreuves, les plongeurs reçoivent :

- un **brevet fédéral** délivré par le club,
- un **carnet de plongée** (pour le niveau 1),
- une **carte double face** établie par la FFESSM * (Fédération Française d'Études et de Sports Sous-marins) : cette carte atteste de l'obtention d'un brevet fédéral ou d'une qualification, et indique son équivalence avec un **brevet international** de la CMAS (Confédération Mondiale des Activités Subaquatiques).

* Coût de la carte double face : gratuite pour le niveau 1 ; 12 € pour les autres niveaux et qualifications.

AUTRES ACTIVITES

Le club propose aux adhérents :

- des entraînements à la **plongée profonde** * au **Centre UCPA AQUA Hauts-de-Seine** ** de Villeneuve-la-Garenne,
- des entraînements et des compétitions interclubs de **Nage avec Palmes et Nage en Eau Vive** *,
- des séances et des compétitions de **Tir sur Cible** Subaquatique,
- des séances et des compétitions de **Plongée Sportive en Piscine**,
- des séances d'**Apnée** en piscine et au **Centre Aquatique de Conflans-Sainte-Honorine** *,
- des formations à la **plongée Nitrox** *,
- un, deux ou trois **stages en mer** * de deux à cinq jours au printemps et en automne ; les épreuves en mer pour l'obtention des brevets de niveaux 2 et 3 et les qualifications PE40 et Nitrox sont effectuées lors de ces stages.

* Activités payantes.

** Condition particulière : **autorisation parentale** demandée pour les mineurs.

D'autre part, plusieurs manifestations, activités, sorties et formations sont proposées par le club tout au long de l'année. Certaines sont organisées en liaison avec d'autres partenaires * (clubs, comités). Une participation financière est demandée aux adhérents.

* Sorties et formations externes : Secourisme, Initiateur club, TIV, Biologie et Environnement Subaquatique, Nage en Eau Vive à l'Île de Loisirs de Cergy et en rivière.

SITE INTERNET

Le site Internet www.apsavo.fr présente les activités du club, et en particulier le calendrier. Il contient aussi des liens avec les sites Internet de nombreux organismes en relation avec la plongée.

Une rubrique est réservée aux adhérents de l'APSAVO ; elle est protégée par un code d'accès et un mot de passe à demander au [webmaster](#) du site.

PHOTOS

Des photos sont prises par les adhérents lors des activités, manifestations et sorties organisées ou proposées par le club. Elles sont diffusées dans l'Espace « **Adhérents** » du site Internet. Les personnes qui ne souhaitent pas que des photos qui les représentent soient diffusées, peuvent le demander par courriel au [webmaster](#) du site.

A très bientôt.

Le Comité Directeur de l'APSAVO