



## CODEP 74

### Stage de formation trimix hypoxique en lac



Jean-Paul Barquet  
Bernard Caron

Comité  
départemental  
« plongée mélange »

Le groupe « plongée mélange » du comité départemental de Haute-Savoie organise son **premier stage trimix hypoxique en lac** en vue d'obtenir la qualification « plongeur TRIMIX ». Cette qualification permet ensuite d'évoluer jusque 120 m en respirant un gaz contenant de l'hélium lors de la plongée et 3 autres mélanges gazeux pour assurer la désaturation jusqu'à la surface.

Le stage est placé sous la responsabilité de Bernard Caron, Jean-Paul Barquet et Alexandre Vautey.

Cette formation se déroulera les 10, 16, 17, 23 et 24 avril 2016 et comportera six plongées.

**FFESSM Haute-Savoie CODEP74**

FFESSM Haute-Savoie - Maison des Sports - 97 A, Avenue de Genève - 74000 ANNECY



Les deux premières plongées se feront en configuration matérielle complète aux profondeurs de 20 et 35 m en utilisant des nitrox afin d'effectuer des exercices de sécurité et d'aisance. Les quatre suivantes se feront aux profondeurs de 45 m, 55 m, 65 m et 75 m.

**Pour ce premier stage la structure organisatrice est le CSL « Club subaquatique du Léman » de Thonon-les-Bains.**

La logistique est très importante pour ce type de stage, ainsi le CSL fournit ses locaux (salle de cours, compresseur pour le gonflage, matériel, etc.), un bateau, un pilote, une ou deux personnes supplémentaires pour faciliter le transport du matériel, aider à la mise à l'eau et au sortir de l'eau.

Le CODEP 74 fournit une partie du matériel (deux gilets appelés Wings, deux bi-bouteilles de 12L, trois S80 aluminium de 11,4L et quatre S40 de 5,7L, six détendeurs oxy clean, deux bouteilles de 1,5L pour gonfler les Wings, parachutes et combinaisons étanches) ainsi que trois moniteurs.

Les clubs Aquateam (Seynod) et CPALB (Aix-les-Bains) prêtent quant à eux trois S80 aluminium de 11,4L.

Chaque plongeur emmène donc avec lui un bi-bouteille de 10 L ou 12L comportant le mélange trimix fond, une première S80 contenant un mélange à base d'hélium utilisé à la descente et à la remontée, une seconde S80 avec un nitrox de désaturation et enfin un troisième bloc S40 comportant généralement de l'oxygène pur, cela fait cinq blocs à emporter. A cela, se rajoute deux parachutes à anti déflation qui se lancent généralement à grande profondeur ainsi que tout le matériel habituel du plongeur mais ici en double.

**FFESSM Haute-Savoie CODEP74**

FFESSM Haute-Savoie - Maison des Sports - 97 A, Avenue de Genève - 74000 ANNECY



La sécurité en surface est très importante car tout problème doit se résoudre sous l'eau, le retour à la surface étant impossible. La ligne de vie comportant les blocs de secours est primordiale et les personnes chargées de la sécurité doivent parfaitement posséder les procédures à suivre en cas d'incident sous l'eau.

Le site de plongée doit être adapté à la profondeur envisagée et il est impératif pour les plongeurs de suivre scrupuleusement le temps et la profondeur planifiés.

Les quatre premiers stagiaires à bénéficier de cette formation sont Benoît Bozon du CSL (Thonon) ainsi que Eric Burin, Eric Médard et Paul Clavel du SCF (Cluses).

Quelques photos du stage que Bernard et moi avons suivi à CAVALAIRE afin de devenir moniteur trimix pour illustrer la configuration matérielle utilisée.



**FFESSM Haute-Savoie CODEP74**

FFESSM Haute-Savoie - Maison des Sports - 97 A, Avenue de Genève - 74000 ANNECY

**FFESSM** fr  
www.fffessm.fr

**Fédération Française  
d'Études et de Sports  
Sous-Marins**

**Plongeur** Mélanges : Nitrox - Trimix

*J'aime la plongée, je plonge FFESSM !*

**N°1 en France, reconnue dans le monde entier**

