

MAI 2022

14



COLLOQUE DES MONITEURS



Amiens

La Providence - 146 boulevard de Saint-Quentin

S'informer, Partager, Découvrir ...

Au programme de la journée :

(exposés et discussions)

09h00 Enseigner la désaturation appliquée à la pratique

- Comprendre et utiliser l'ordi » aux différents niveaux de plongée
- Quel protocole enseigner (plongeur, DP) en cas de désaturation anormale ?

10h15 Améliorer la technique et la performance : le palmage, l'apnée

- Quelques notions de physiologie pour envisager un plan d'entraînement sportif
- Quelques éléments pour améliorer la performance et la technique

11h30 Les évolutions en cours

- Informations sur les modifications et les sujets en cours (MFT, CTR, CODEP, ...)
- Questions - Réponses sujets divers

Repas sur place (offert par le CODEP)

14h30 A la découverte de la PSP : démonstration et pratique de 4 ateliers

La PSP ... une pratique sportive qui anime toute l'année le club et ses adhérents

A découvrir sur place (piscine de la Providence¹) !

[CLIQUEZ ICI POUR VOUS INSCRIRE ET RECEVOIR VOTRE INVITATION !](#)

¹ : apportez votre matériel (palme + masque + détendeur)