

STAGE INITIATION CHASSE :

Durée : 3 jours.

Destiné aux tout débutants, fille ou garçon jeune ou moins jeune, avec matériel ou sans.

CONTENU :

1. Entretien et première **évaluation** du candidat.
2. Mise en conformité sur le plan administratif (certificat médical, licence F.N.P.S.A)
3. **Réglementation** générale et locale. Tableau des tailles minimales de capture des espèces susceptibles d'être rencontrées.
4. **Sécurité** : Contrôle du matériel, bouée, gans, arbalète, couteau. Conditions météo, marées, site. Dangers du milieu.
FAE C (Fautes A Eviter Conséquences)
5. **Vérification**, mise en conformité et **adaptation « terrain » du matériel.**
6. **Notions théoriques** de physiologie et explications des problèmes physiques liés au milieu Marin (ventilation, relaxation, flottabilité, pression, compensation, équilibre et propulsion...)
7. Savoir **s'équiper**, se déplacer en surface, **se préparer** avant de s'immerger, se **déplacer** en apnée discrètement et **observer**.
8. **Armer** et **désarmer** une arbalète en toute **sécurité (FAE C)**, sécurisation du comportement général, tir.
9. Prendre des **repères** en surface et déterminer une direction de progression en fonction d'un parcours imposé par le moniteur.
10. Se déplacer en équipe avec la bouée en **auto surveillance** (progression en tiroir), début du travail **d'orientation** et communication gestuelle.
11. Préparation ventilatoire, **immersion** puis descente avec **compensation**.
12. Immersion cormoran, repère dans **l'espace**, ¼ de tour puis ½ tour plan horizontal, remontée, position surface, **vidage tuba**, récupération.
13. Choix d'un poste « **d'agachon** » et placement.
14. **Recherche** en demi-coulée du poste « à trou » **stabilisation** verticale inversée avec appuis. **Observation** tête pénétrante, adaptation à l'obscurité.

15. **Tirer** un « beau » poisson, savoir le manipuler pour le « neutraliser », le fixer sur un accroche-poisson, enlever la flèche, poursuivre l'action (**FAE C**)
16. Savoir **vider** un poisson proprement, en profitant de l'avoir sous la main pour reconnaître ses critères de distinction.
17. Savoir se déséquiper, principes d'hygiène corporel et alimentaire, se reconditionner et **entretenir** son matériel.
18. Déguster le poisson qu'on a pêché « **valorisation des prises** ».
19. **Débriefing** quotidien + vidéo selon condition météo et temps.

8 PLACES DISPONIBLES

Durée des sorties 2 x 2 / 3 heures dans l'eau / journée.

Profondeur d'évolution : 0/5 mètres puis 5/7 mètres.

Encadrement : 1 moniteur pour 3 élèves maximum.

Conditions d'inscription :

- **16 à 18 ans autorisation parentale écrite des 2 parents.**
- **Licence F.N.P.S.A 2011 (peut être délivrée sur place)**
- **Certificat médical**
- **Date limite d'inscription : 15 jours avant la date de début du stage**

Coût du stage : 367 € (support pédagogique inclus)

Repas et hébergement non compris