

LIVRET D'ACCUEIL 2024-2025

PUTEAUX PLONGÉE



Reprise des entraînements

Piscine du Palais des sports

le lundi 23 septembre



Entraînement lundi, mercredi, jeudi
de 20h à 22h

Piscine Jacotot

le mardi 24 septembre



Entraînement mardi et jeudi
de 20h à 22h

Contacts

Site : www.puteauxplongee.com

@ Secrétariat : secretariat@puteauxplongee.com pour les inscriptions

Permanences bureau à partir du 17 septembre 2024 :

Tous les jeudis au mois de septembre de 19h30 à 20h30.

Puis seulement certains mardis ou jeudis de 19h30 à 20h30, à vérifier sur le site du club :



Adresse du bureau : Piscine Marius Jacotot, rue F. Pelloutier PUTEAUX (près de la gare SNCF)

Adresse de correspondance : PUTEAUX PLONGÉE - 2 allée Georges Hassoux – 92800 PUTEAUX



ASSURANCE LOISIR TOP

De nombreuses demandes individuelles de clubs et licenciés concernant l'assurance annulation ont conduit Assurdiving à proposer depuis plusieurs saisons la formule LOISIR TOP FFESSM.

Ces garanties, directement réservées aux affiliés à des conditions de garanties et tarifs préférentiels, vous permettent ainsi de couvrir l'annulation-interruption de l'ensemble de vos séjours plongés.

Détail du contrat Assistance - Rapatriement, Frais médicaux à l'étranger, Annulation de voyages plongée, interruption de voyages plongée, détérioration de bagages, ...

La souscription et le règlement se font directement en ligne sur le [site d'Assurdiving](#) (avec ton numéro de licence)

NOTRE MAILING LISTE

Ton adresse mail (Email communiqué lors de ta pré-inscription) a été abonnée à la mailing liste : club@puteauxplongee.com

Grâce à cette liste ouverte uniquement aux adhérents du club tu recevras les news du club : entraînements, sorties, événements, ...

PAGE FACEBOOK PUTEAUX PLONGÉE

Depuis quelques années, notre page FACEBOOK du club est activée.

Cette page a pour but de vous informer de l'actualité du club, et de faciliter le partage des photos et des films.

Cette page est secrète : seuls les membres peuvent trouver le groupe et voir les publications, n'importe quel membre peut ajouter d'autres membres mais un administrateur doit l'approuver, seuls les membres et administrateurs peuvent publier dans le groupe.

Dès confirmation de ton inscription, si tu souhaites être inscrit, il faudra demander en ami « Plongee plongee » (son profil a le logo Puteaux plongée).

Et pour toute demande d'information envoyer un mail à eventputeauxplongee@gmail.com.

ADHÉSION NAGE AVEC PALMES & APNÉE

Elle donne accès aux séances d'entraînement nage avec palmes et apnée ainsi qu'à toutes les activités organisées par le club, à l'**exception des activités « plongée avec scaphandre »**.

Une participation supplémentaire peut vous être demandée pour certaines activités (ex sortie en milieu naturel)

ENTRAINEMENTS NAGE AVEC PALMES

Piscines du Palais des sports

Bassins 50 m extérieur, 2,5 m de profondeur

Séances lundi et/ou jeudi de 20h à 22h



ENTRAINEMENTS APNÉE

Piscines du Palais des sports

Bassins 50 m extérieur, 2,5 m de profondeur

Séances lundi et/ou mercredi de 20h à 22h



FOSSES APNÉE

Villeneuve la Garenne

Bassin 20 m de longueur, fosses de 5, 10 et 20 m

1 séance / mois (samedi soir)

NIVEAU 2 Apnée minimum

Participation : 15 € (à payer le lendemain de la fosse et pas avant)

ADHÉSION PLONGÉE

Elle donne accès au même droit que l'**ADHÉSION NAGE AVEC PALMES & APNÉE** et mais en plus aux séances d'entraînement plongée ainsi qu'à toutes les activités organisées par le club. Une participation supplémentaire peut vous être demandée pour certaines activités (ex. sortie en milieu naturel)

ENTRAINEMENTS PLONGÉE SOUS-MARINE

Piscine Marius Jacotot

Bassin 20 m de longueur, 3,5 m de profondeur Séances mardi et/ou jeudi de 20h à 22h



FOSES PLONGÉE

Villeneuve la Garenne

Bassin 20 m de longueur, puits de 5, 10 et 20 m

Débutant : une séance par mois à partir de décembre et validé par vos moniteurs (samedi 18H30-19H30) Participation : 10 € (à payer le lendemain de la fosse et pas avant)

N1 et + : une séance par mois à partir d'octobre (samedi 18H30-19H30) Participation : 10 € (à payer le lendemain de la fosse et pas avant)

ORGANISATION DES ENTRAINEMENTS

	Entraînements Jacotot	Entraînements Palais des sports	Cours théoriques en salle Jacotot	Fosse AQUA 92 Villeneuve La Garenne
Plongeurs prépa N1	tous les mardis et/ou jeudis dans le cadre de la formation N1		certaines mardis et/ou jeudis selon agenda du club	2 ^{ème} samedi du mois de 18h30 à 19h30
Plongeurs prépa N2	tous les mardis et/ou jeudis dans le cadre de la formation N2		certaines mardis et/ou jeudis selon agenda du club	2 ^{ème} samedi du mois de 18h30 à 19h30
Plongeurs prépa N3	certaines mardis et/ou jeudis selon agenda dans le cadre de la formation N3		certaines mardis et/ou jeudis selon agenda du club	2 ^{ème} samedi du mois de 18h30 à 19h30
Plongeurs prépa GP	Selon agenda du Club		Selon agenda du Club et du CODEP 92	2 ^{ème} samedi du mois de 18h30 à 19h30
Apnéistes		tous les lundis et/ou mercredi selon votre groupe de niveau	certaines mardis et/ou jeudis selon agenda du club	Un samedi par mois de 19h30 à 21h30
Nage avec palmes		tous les lundis et/ou jeudis	-	-



Piscine Marius Jacotot

9, rue Fernand Pelloutier à PUTEAUX
(près de la gare SNCF)

Entraînement Plongée
Mardi/Jeudi de 20h à 22h

Individuel PMT de 20h à 20h30

Nage Palmes Masque Tuba
Sous la surveillance d'un moniteur.
Apnée et nage sans palme interdit pendant ce créneau.

Entraînement collectif de 20h30 à 22h

Entraînement collectif sous la responsabilité d'un moniteur.
Organisation par groupe de niveau
Séance avec ou sans bloc selon le programme établi par l'équipe pédagogique.

Piscine de l'Ile

2 allée Georges Hassoux à PUTEAUX
(Palais des sports - Ile de Puteaux)

Entraînement NAP
Lundi/Jeudi de 20h à 22h

Nage avec palmes
Sous la surveillance d'un moniteur.
Entraînement individuel et/ou collectif
Pas de groupe de niveau.
Prérequis minimum savoir nager 500m sans point d'appuis.

Entraînement apnée
Lundi de 20h à 22h
(débutant, intermédiaire, confirmé)

Mercredi de 20h à 22h
(intermédiaire, confirmé)
Entraînement collectif sous la responsabilité d'un moniteur.
Prérequis minimum savoir nager 500m sans point d'appuis.

Jusqu'à fin décembre, le club vous prêtera un masque et tuba, et met à votre disposition les palmes.

Les bouteilles, gilets et détendeurs sont mis à la disposition des adhérents par le club durant toute la saison pendant les séances.