



Programme de formation théorique Niveau 2 Année 2025-2026

Salle Voltaire Le mercredi 19 h 00 à 20 h 15	THEMES	Moniteur
12 novembre	Présentation de la formation N2 Variation de pression et de volume Flottabilité - consommation	Françoise Pierre Benjamin
19 novembre	Variation de pression et de volume Barotraumatismes : la prévention avant tout	Anne Jean Pierre
26 novembre	Principes de désaturation (Compréhension et utilisation de tables)	Françoise Benjamin Pierre
3 décembre	Savoir utiliser son ordinateur	Ludovic
10 décembre	Accidents de désaturation	Benjamin Françoise
17 décembre	Accidents : le Froid/ Essoufflement La déshydratation en plongée	Anne Jean Pierre
7 janvier	Matériel (choix du matériel, matériel obligatoire, EPI) Réglementation (FFESSM, prérogatives, code du sport)	Ludovic
14 janvier	Comportement et planification en palanquée autonome + rappel ordinateurs	Françoise Pierre Benjamin
21 janvier	Connaissance de la vie sous-marine Et Dangers du milieu	Laurent V
28 janvier	Révisions	Françoise Pierre Benjamin
4 février	EXAMEN Théorie Niveau 2	Françoise Pierre Benjamin

1. Vous munir de crayons de couleur différente, d'une calculatrice et de papier pour prendre des notes.
2. Sans être obligatoire et pour ceux qui veulent un support complémentaire, nous vous recommandons : Plongée Plaisir 2
3. Lors des cours sur les ordinateurs et la planification en palanquée : vous munir de votre ordinateur de plongée. **Pensez à lire la notice.**
4. Pour tout achat de matériel demandez conseil auprès de vos moniteurs.



Itinéraire Salle Voltaire

Se garer dans la rue 125 rue Voltaire et finir à pied dans l'impasse à droite le long de l'école. Immeuble en briques à gauche - Sonnette FFESSM



Des sorties fosse à Valenciennes et en milieu naturel vous seront proposées – Soyez attentifs aux mails du club ou sur le site du Léo

1^{ère} fosse proposée : Valenciennes le samedi 29 novembre 2025 – Vous inscrire rapidement, nombre de places limitées.

Pour toute information complémentaire contacter :
 Françoise Madurel
fmadu80@gmail.com
 06 60 67 84 10