



Brevet de Plongeur P3 / CMAS ★★★ - Carte de préparation -

Candidat : Nom et prénom	
---------------------------------	--

Aucun candidat ne pourra se présenter aux épreuves pratiques sans que le « **Prérequis** » ne soit validé et signé.

1 Prérequis

Prérequis	Description	Date – signatures et cachets moniteurs 2 moniteurs agréés dont au moins 1 M2
1	Avoir effectué 30 Plongées en eau libre, depuis la délivrance du brevet P2 ou brevet reconnu, inscrites dans le carnet de plongée, dont 15 plongées dans l'espace lointain (20m-40m)	

2 Epreuves pratiques

Epreuves	Description	Date – signatures et cachets moniteurs 2 moniteurs agréés dont au moins 1 M2
1	Mannequin	
2	Apnées 2x20 secondes	
3	Apnée 10 mètres	
4	PMT	



Comité Technique

Affiliée à la Confédération Mondiale des Activités Subaquatiques (C.M.A.S.)
Membre du Comité Olympique et Sportif Luxembourgeois (C.O.S.L.)

Candidat : Nom et prénom	
---------------------------------	--

5	Nage capelée	
6	Remontée Sauvetage	
7	Remontée assistée	
8	Remontée embout lâché	
9	Descente rectiligne	
10	Exercices d'aisance	
11	Interprétation des signes	
12	Conduite d'une palanquée	
13	Exposé faune et flore	
14	Nœuds marins	
15	Manipulation embarcation	
16	Manipulation station de gonflage	



Comité Technique

Affiliée à la Confédération Mondiale des Activités Subaquatiques (C.M.A.S.)
Membre du Comité Olympique et Sportif Luxembourgeois (C.O.S.L.)

Candidat : Nom et prénom	
---------------------------------	--

3 Epreuves théoriques

Epreuves	Description	Date – signatures et cachets moniteurs 2 moniteurs agréés dont au moins 1 M2
17	Sécurité en plongée	
18	Matériel de plongée	
19	Physique	
20	Physiologie	
21	Accidents de plongée	
22	Solutions de problème de plongée	