



Gueuze lourde

Poids variable

Immersion libre

Sauvetages

Poids constant

Préparation à la profondeur

## Commission Apnée

CIALPC, novembre 2015

Le CIALPC organise un stage initial de formation Initiateur-Entraîneur apnée le 5 et 6 décembre à Mérignac (33). Ce stage est ouvert à l'ensemble des apnéistes qui remplissent les conditions de candidature suivantes :

- 18 ans révolus
- Licence
- Certificat médical
- Niveau A2
- Présentation par le club : courrier écrit du Président de club
- Avoir un tuteur MEF1

Chaque stagiaire doit venir avec :

- Repas pour le samedi midi et le dimanche midi.
- Matériel pour écrire lors du travail en salle.
- Les textes FFESSM IE1/2 et A1/A2.
- Bonne humeur et envie de partager et d'apprendre.

Lieux et horaires :

Le stage se déroulera à la caserne Battesti à Mérignac (33)

- Samedi 5 décembre : 9h à 18h
- Dimanche 6 décembre : 9h à 17h

Participation aux frais :

- 60 € Chèque à l'ordre de « FFESSM CIALPC » à remettre en début de stage, samedi matin.

Modalité d'inscription : Envoyer un Email à [apneemanu@gmail.com](mailto:apneemanu@gmail.com) avant le 13 novembre avec :

- - Nom prénom
- - Nom et N° du club
- - Numéro de licence
- - Date du certificat médical en cours



**Responsable formation :**

**Emmanuel CECCO :**  
[apneemanu@gmail.com](mailto:apneemanu@gmail.com)