

La Commission Départementale Apnée du 92 vous propose un cursus de formation Apnéiste Expert en Eau Libre (AEEL).

Ce cursus démarre le 29 novembre 2026 (9H00 à 12H00) à Puteaux, Piscine scolaire Jacotot, rue Pelloutier et se terminera par un examen en fin de saison.

1. Conditions de candidature (Cf. MFA) :

Être titulaire d'une licence F.F.E.S.S.M. en cours de validité.

Être âgé de 18 ans révolus à la date de l'examen.

Être titulaire de la carte d'Apnéiste Confirmé en Eau Libre de la F.F.E.S.S.M.

Être en possession de la carte de RIFAA.

Être en possession d'un certificat médical d'absence de contre-indication à la pratique de l'apnée (CACI) établi par tout médecin.

Attention : l'ensemble des conditions de candidatures est à satisfaire dès le début de la formation d'Apnéiste Expert en Eau Libre.

Critères de priorité :

1. Candidats licenciés dans le 92
2. Candidats licenciés en Ile de France
3. Candidats licenciés hors Ile-de-France

2. Contenu du cursus :

Le cursus se compose de séances de formation théorique et salle ou en visio-conférence et de séances en fosse. En parallèle, les candidats s'entraînent dans le cadre des séances piscines, des séances en fosse et des sorties en milieu naturel organisées par leurs clubs.

Le cursus se termine par un examen écrit sur les connaissances théoriques, des épreuves en piscine et en milieu naturel (Cf. MFA).

2.1. Cours théoriques :

Dimanche 29 novembre 2026 (09h00 à 12h00) : Séance d'ouverture du cursus en salle à Puteaux

Jeudi 3 décembre 2026 (20h00 à 21h30) : Visio-conférence portant sur les lois physiques appliquées à l'apnée

Mercredi 9 décembre 2026 (20h00 à 21h30) : Visio-conférence portant sur la physiologie appliquée à l'apnée

Jeudi 17 décembre 2026 (20h00 à 21h30) : Visio-conférence portant sur les mécanismes adaptatifs du corps en apnée

Mercredi 13 janvier 2027 (20h00 à 21h30) : Visio-conférence portant sur les techniques de compensation

Dimanche 31 janvier 2027 (09h30 à 17h00) : Séance en salle portant sur les accidents, le matériel individuel et collectif en milieu naturel et l'organisation d'une sortie en milieu naturel. Lors de la journée seront également pratiqués des exercices pratiques de compensation

Jeudi 11 février 2027 (20h00 à 21h30) : Visio-conférence portant sur les écogestes et la biologie marine

Mercredi 10 mars 2027 (20h00 à 21h30) : Visio-conférence portant, portant sur l'entraînement

Les candidats recevront en début de cursus une version numérique et un manuel papier contenant l'ensemble des thèmes abordés lors de la formation. Ce manuel présente également les attendus que doivent maîtriser les candidats. Il propose également en fin de chaque partie des questions au format examen permettant de tester ses connaissances.

2.2. Formation pratique :

En parallèle du cursus, les candidats s'entraînent dans le cadre des séances piscines, fosses et sorties en milieu naturel organisées par leur club d'appartenance.

Il est prévu :

Deux séances à la fosse de Villeneuve-la-Garenne permettant de développer ses capacités de compensation les samedi ou dimanche sur les créneaux libres proposés par Aqua 92. Dans ce cas, les candidats régleront directement leur séance via le site internet de la fosse. Ces créneaux sont donc organisés sous réserve de disponibilité de la fosse. Les dates seront communiquées courant le cursus en tenant compte des disponibilités des candidats.

2.3. Examen :

Dimanche 14 mars 2027 à Puteaux, **épreuves de connaissances théoriques**

La semaine suivant l'examen écrit, **épreuves physiques en piscine** : le mardi ou le vendredi à partir de 20h30 (dans l'eau 21h00) à la piscine de Boulogne Billancourt

Une semaine d'examen sera proposée à DAHAB fin avril ou début mai 2027, **épreuves physiques en milieu naturel (budget global environ 1000 € pour la semaine (avion/ hôtel / etc.)**

3. Équipe pédagogique :

MEF2 ou MEF1, les formateurs possèdent une solide expérience de l'apnée piscine et en milieu naturelle acquise au sein des clubs d'Île-de-France. Ils ont tous organisés et/ou encadrés des séjours d'apnée en milieu naturel. Certains sont également compétiteurs et/ou juges en compétition d'apnée

4. Conditions financières

Participation aux séances en salle, aux visioconférences, à l'examen théorique et aux épreuves piscine : licenciés du 92 : 120 €, licenciés hors 92 : 150€,

Ne sont pas compris dans le budget :

Les séances en fosse à Villeneuve-la-Garenne qui seront à régler directement auprès de la fosse.

L'examen en milieu naturel (sur 1 semaine). Prévoir un budget de l'ordre de 1.000 € pour les dépenses comprenant (avion, logement, frais d'organisation, nourriture), des précisions seront apportées.

Les règlements sont à faire via Hello Asso auprès du CODEP92 via le lien figurant sur le formulaire d'inscription.

5. Modalités d'inscription

S'inscrire et compléter également la page suivante précisée ici :

<https://forms.gle/Ctc3UkHbY6936iri7>

A réception de votre règlement, vous pourrez vous considérer inscrit.

Contacts :

Jean-Emmanuel Virenque, IRA, en charge de l'organisation du cursus : je.virenque@gmail.com