

GP-N4 - Epreuves N° 7a et 7b

Epreuve de descente, stabilisation et vidage de masque à 40 m

NOM	JURY 1 / JURY 2	NOTE DESCENTE	NOTE STAB ET VDM	TOTAL					
NUMERO		/20	/20	/ 40					
Critères d'évaluations sur <u>épreuve technique</u>			Commentaires (si pbm)		E	D	C	B	A
BLEU - Maîtrise de la position et de l'équilibre Verticalité de la trajectoire Absence de vrille Position verticale du corps									
BLEU – Maîtrise de la vitesse Vitesse entre 20 et 30 m/min : 1 min 10 à 1 min 45 (entre 3 m et 38 m) Constante avec possibilité de ralentir sur la fin Retournement le plus proche de 40 m									
STABILISATION Temps pour se stabiliser Moyens pour se stabiliser									
VDM – Spontanéité Régularité ventilatoire Nombre de cycle (3 cycles demandés), absence crispation									

ELIMINATOIRE :

- Epreuve non réalisée complètement
- Descente au delà 42 m
- vitesse d'exécution impactant la décompression
- vitesse descente trop importante impactant la sécurité ou comportement non sécuritaire