

GP-N4 - Épreuve N° 8 (DTMR)

Démonstration Technique de Maîtrise de Remontée gilet de 25 m

NOM	JURY 1	JURY 2	TOTAL						
NUMERO			/ 20						
Critères d'évaluations sur <u>épreuve technique</u>			Commentaires (si pbm)		A	B	C	D	E
Comportement en phase fond – stabilisé à 25 m sur un fond supérieur Réaction sur signe je remonte Stabilise la prise de profondeur à l'aide essentiellement de la ventilation									
Décollage du fond à l'aide du gilet Vitesse de décollage rapide sur 3 m Ressenti assisté sur la prise en charge (confort, communication, rassuré)									
Temps global de remontée entre 25m et 5 m avant tour d'horizon Temps optimum : entre 1 min 40 et 2 min (10 à 12 m/min) et Vitesse la plus linéaire possible (profil de référence). Profil décroissant Profil croissant ou escalier			Note A ou B Note B ou C Note C ou D						
Maîtrise de la vitesse globale de remontée à l'aide du gilet seul Vitesse maîtrisée à l'aide du gilet seul et en contrôlant son assisté Sont préjudiciables : La non maîtrise de la vitesse Le regonflage du gilet La lecture constante des instruments au détriment de l'assisté Pour des raisons de sécurité, le moniteur peut arrêter l'épreuve si la vitesse n'est pas régulée au-delà de 8 m de profondeur									
Arrêt de la situation entre 5 et 3 m Arrêt franc au palier et tour d'horizon									
Gestion du palier en palanquée Maîtrise de la technique de sortie de parachute entre -5 et 3 m sans redescendre de 2m Gestion de la décompression de la palanquée (mini 1' à 3m) et du retour en surface									

ELIMINATOIRE :

- Épreuve non réalisée complètement
 Remontée faite avec les palmes comme moteur de propulsion
 Remontée à moins de 2 m
 Temps inférieur à 1mn ou Supérieur à 3mn.
 Descente au-delà de 2 m à tout moment
 Vitesse incontrôlée
 regonfler son gilet plus de 2 fois