

Paris, le lundi 28 décembre 2015

TUTORIELS PLONGÉE

13 vidéos pour bien appréhender la plongée

L'UCPA a réalisé 13 tutoriels vidéos consacrés à la plongée pour aider les plongeurs débutants et expérimentés à bien appréhender le milieu dans lequel ils évoluent et à mieux comprendre les effets de la pression de l'eau sur le corps et le matériel. Véritables supports pédagogiques à destination du grand public, ces tutoriels sont également destinés aux formateurs UCPA.



POUR BIEN DÉBUTER

Sept tutoriels mettent en avant des astuces pour bien débiter l'activité plongée, utiliser correctement son matériel et acquérir un bon équilibre dans l'eau:

- 1-2. Présenter et préparer le matériel de plongée
3. Réaliser une immersion
4. Se déplacer avec un scaphandre
5. Utiliser son gilet
6. Gérer sa stabilisation
7. Gérer sa remontée individuelle

POUR GAGNER EN AUTONOMIE

Trois tutoriels aident à acquérir rapidement de l'autonomie :

8. S'orienter sous l'eau
9. Utiliser son parachute
10. Assister son binôme

Présente sur une vingtaine de destinations pour la plongée en France et à l'étranger, l'UCPA gère également 4 fosses de plongée dans lesquelles elle accueille des clubs de plongée et d'apnée, des scolaires, des adultes et des mineurs.

Contact presse :

UCPA – Laetitia Verdier : 01 45 87 46 51 – lverdier@ucpa.asso.fr – presse.ucpa.com

POUR SE PERFECTIONNER

Deux tutoriels sont adaptés aux besoins des plongeurs plus expérimentés qui souhaitent accéder à des plongées plus profondes et utiliser un nouveau matériel :

11. S'adapter à la profondeur
12. Utiliser un vêtement étanche

POUR ÊTRE UN PLONGEUR RESPONSABLE

Un tutoriel est consacré au comportement à adopter avant, pendant et après une plongée :

13. Protéger l'environnement

Ces tutoriels seront postés sur la chaîne You Tube UCPA et sur weareucpa.com à l'occasion du Salon International de la Plongée sous-marine.