

# Commission Nationale Apnée

## Cursus de Formation

| Progression de pratique     | Niveaux de pratique                          | Profondeur certification | Prérogatives d'autonomie                   |  | Niveaux d'encadrement                                      | Profondeur certification | Prérogatives encadrement                    | Progression d'enseignement |
|-----------------------------|--|--------------------------|--|--|--|--------------------------|---|----------------------------|
| Randonnée palmée            | Attestation de randonneur                    | > taille de l'élève      | selon niveau de l'élève                    |  | Guide de randonnée   | 10m                      | Rando. proche de la surface                 |                            |
| Formation Généraliste Apnée | Niveau 1 (A1) (Découverte)                   | -                        | 6m (si majeur et sous la resp. d'un IE1)   | Formation (RIFAA et majeur)                                  | Initiateur Entraîneur 1 (IE1) (Bases)<br><b>INITIATEUR</b> | -                        | 6m  | Initiation généraliste     |
|                             | Niveau 2 (A2) (Perfectionnement)             | -                        | 6m (si RIFAA et majeur)                    |  |  |                          |   |                            |
| Spécialisation "Apnée pure" | Niveau 3 (A3) (Exploration de la profondeur) | 15m                      | 20m (si majeur et sous la resp. d'un MEF1) | Formation + Stage Initiateur (RIFAA et majeur)               | Initiateur Entraîneur 2 (IE2) (Profondeur)                 | -                        | 15m ou 20m (fosse)<br>Si présence d'un MEF1 |                            |
|                             | Niveau 4 (A4) (Expert)                       | 25m                      | 40m  | Formation + Stage MEF1                                       | MEF1   | 25m                      | 25m   | Enseignement et expertise  |
|                             |  |                          |  | Formation à effectuer pour accéder aux niveaux d'encadrement | 1 an de pratique<br>Formation + Stage MEF2                 |                          |   |                            |
|                             |  |                          |  |  | MEF2   | 30m                      | pas de limite                               | Formateur de cadre         |

### Pratique apnée enfants:

< 8 ans : limitation égale à l'âge divisé par 2.

8-11 ans inclus : limitation à 10 m.

12-13 ans inclus : limitation à 15 m.

14 -15 ans inclus : limitation à 20 m.

≥16 ans : profondeur limitée en fonction des prérogatives fédérales