# Liste des choses à prendre pour une sortie Plongée

| MATERIELS | COMMENTAIRES | OK |
|---|---|---|
| Sac de plongée | Si possible avec compartiment étanche pour y déposer des affaires sèches | |
| Sac filet | Pour emporter, ranger et rassembler ET RETROUVRE ses affaires sur le bateau (Palmes Masques Lampes Lunettes Casquette…) | |
| Sac étanche | Pour garder des affaires au sec sur le bateau | |
| Palmes | Indispensable pour la plongée | |
| Masque | De plongée !!!! | |
| Tuba | Garder à disposition en plongée | |
| Détendeur | Vitale pour respirer sous l'eau | |
| Gilet stabilisateur | Equipement de sécurité | |
| Combinaison de plongée | Epaisseur et cagoule selon Température de l'eau | |
| Chaussons pour palmes ou bottillons | Adaptés à son matériel et à la température | |
| Gants | Pour les frileux et selon température de l'eau | |
| Ceinture de plombs ou poches à plombs | Indispensable pour immersion et paliers | |
| Plombs | A disposition sur le bateau | |
| Ordinateur de plongée | A partir du Niveau 2 et suivant | |
| Boussole | A partir du Niveau 2 et suivant | |
| Lampe | Pour le plaisir de mieux voir la vie sous marine | |
| Plaquettes immergeables | Pour le plaisir de reconnaitre les espèces | |
| Tables de plongées | Eléments de sécurité en cas de panne d'ordinateur | |
| Parachute | A partir du niveau 2 | |
| Licence, certificat médical à jour, carte de niveau | Obligatoire à présenter à tous contrôles | |
| Carnet de plongées | Pour conserver une mémoire de nos plongées | |
| QUELQUES CONSEILS DE CONFORT | COMMENTAIRES | |
| Huile d'amande douce | Facilite le passage des oreilles | |
| Eau oxygénée | Aide au nettoyage des oreilles | |
| Produit protection solaire | Prévenir plutôt que guérir même avec une combinaison de plongée / réverbération | |
| Lunettes de soleil | Prévenir réverbération | |
| Casquette | Prévenir insolation | |
| Boules d'oreilles | Pour des nuits plus calmes | |
| Polaire, coupe vent | Protection contre le vent sur le bateau | |
| 2 maillots de bain | Prévoir qu'entre deux plongées le même jour le maillot comme la combi reste humide…Le confort avant tout | |
| Sac poubelle résistant | Entreposer les affaires mouillées lors du voyage de retour | |
| Cocculine ou mer calme | Eviter de donner à manger aux poissons ! | |
| Tongs ou sandales | Transferts local bateau et sur le bateau | |
| Gourde Corpo rate | VSP !!!! | |
| Multiprise | Recharger lampe, caméra, App photo Téléphone Montre….. | |
| MOMENTS DE CONVIVIALITES, D'ECHANGES ET DE PARTAGES | | |
| ***Ces moments sont le sel de nos sorties.***<br>***Sur le bateau et le soir autour du feu !!!!*** | ***Tout ce qui peut être bu, grignoté et mangé, le plongeur en est friand surtout à VSP !!!***<br>***(Bonbons, gâteaux, bouteille(s) avec et sans alcool pour convenir au plus nombreux…..*** | |
| ***Toutes vos suggestions nous intéressent ……..*** | | |

**Le bureau**

**Caroline, Clément, Frédéric, Manon, Dominique : bureau.vsp@gmail.com**

MEMO SORTIE PLONGEE