



<http://www.ocnm.fr>

email : [ocnm.webmaster@gmail.com](mailto:ocnm.webmaster@gmail.com)



# OCNM - Section Apnée - Saison 2024-2025

## Le mardi de 20h45 à 22h45 - Piscine Axe Majeur

### Formulaire d'inscription

Je soussigné (e) M. Mme. Nom ..... Prénom .....

Né(e) le ..... à ..... Code Postal : .....

Adresse : .....

Code postal : ..... Ville : .....

Téléphone : ..... E.mail : .....

Date de votre certificat médical : ..... / ..... / 2024.

Si vous souhaitez recevoir par mail les informations relatives à votre section, envoyez un mail avec vos : nom, prénom et section pratiquée à : [ocnm.webmaster@gmail.com](mailto:ocnm.webmaster@gmail.com)

#### Votre niveau actuel :

Apnée :  Débutant

- Piscine :  apnéiste piscine  confirmé piscine

- Eau libre :  apnéiste eau libre  confirmé eau libre et expert eau libre

Autre : .....

Autres certifications ou certifications hors FFESSM, précisez : .....

Date de votre dernière certification : .....

#### Cotisation / Licence (hors carte de niveau : 15€ par brevet)

- |   |  |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> Cotisation moins de 16 ans ..... 186,00 €  | <input type="checkbox"/> Cotisation plus de 16 ans ..... 220,00 €    |
| <input type="checkbox"/> Licence seule plus de 16 ans..... 48,00 €  | <input type="checkbox"/> Licence seule 12-16 ans..... 30,00 €        |
| <input type="checkbox"/> Licence seule moins de 12 ans..... 13,50 € | <input type="checkbox"/> Moniteur invité (hors licence) ..... 0,00 € |

En cas d'inscriptions de plusieurs personnes de la même famille (en dehors de la licence seule), la deuxième cotisation et les suivantes sont de 70 % de la cotisation principale arrondies à l'euro le plus proche. Ainsi, pour 2 personnes adultes de la même famille  $220 + 70\% \times 220 = 374$  €. Les cotisations / Participations aux frais ne pourront pas être remboursées.

#### Catégories d'assurance individuelle

Les garanties couvertes peuvent être téléchargées sur le site de la FFESSM [Tarifs assurances](#)

- |   |  |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> Aucune                 |  |
| <input type="checkbox"/> Loisir 1 ..... 23,50 € | <input type="checkbox"/> Loisir 1 Top..... 45,00 € |
| <input type="checkbox"/> Loisir 2 ..... 28,00 € | <input type="checkbox"/> Loisir 2 Top..... 56,00 € |
| <input type="checkbox"/> Loisir 3 ..... 48,00 € | <input type="checkbox"/> Loisir 3 Top..... 93,00 € |

#### Personne à prévenir en cas d'accident

Nom ..... Prénom : ..... Téléphone : .....

#### A joindre au dossier d'inscription

- la photocopie du certificat médical de moins de 3 mois de non contre-indication à la pratique de la plongée en scaphandre (voir note d'information) ;
- pour les nouveaux adhérents, 1 photo d'identité ;
- une enveloppe timbrée avec votre adresse de correspondance ;
- un chèque à l'ordre de l'OCNM en règlement de la cotisation (et de l'assurance le cas échéant).

**Le dossier d'inscription est à remettre complet et signé avant le 30 octobre 2024.**

# OCNM -Section Apnée

## Note d'information

### ACTIVITES PREVUES AVEC LA COTISATION

L'entraînement à la piscine **AXE MAJEUR** a lieu les **mardis soir de 20h45 à 22h45** (hors jours fériés, vacances scolaires et fermetures de la piscine). Le club accepte les **mineurs à partir de 16 ans**.

Le club organise environ une fois par mois des séances d'entraînement à la fosse de plongée AQUA 92 de Villeneuve la Garenne (5, 10 et 20 m de profondeur) et de Conflans-Sainte-Honorine (20 m de profondeur). Les dates et horaires sont affichés à la rentrée à la piscine. Les places sont limitées pour ces fosses.

La cotisation / participation aux frais comprend la licence à la FFESSM (Fédération Française d'Études et de Sports Sous-Marins), les accès aux bassins aux heures d'entraînement.

Les éventuels frais de certification (niveau 1, 2, 3..., RIFAx, etc ...) sont de **15 € par certification**.

### VISITE MEDICALE

La plongée sous-marine comme l'apnée nécessite un examen médical spécifique afin de vous assurer une pleine réussite de votre saison. La réglementation du certificat médical s'est assouplie fin 2016, mais contrairement à d'autres disciplines où il n'est obligatoire que tous les 3 ans, **le certificat médical reste obligatoire tous les ans pour nos disciplines**.

La FFESSM et l'OCNM conseillent aux membres et licenciés de privilégier, chaque fois que possible, le recours à un médecin fédéral et ce même dans les cas où le certificat de non contre-indication peut être délivré par tout médecin.

Dans tous les cas, le certificat médical devra être rempli selon le formulaire officiel de la FFESSM. . [Certificat CACI FFESSM](#)

Il peut également être utile de fournir à votre médecin la liste des contre-indications (Contre-indications Plongée). L'ensemble des informations détaillées sont sur notre site internet <http://www.ocnm.fr>.

### MATERIEL

Nous disposons de quelques paires de palmes, masques et tuba pour votre baptême et les premières séances.

Il est pourtant conseillé de rapidement se procurer son petit matériel personnel (une paire de palmes, un masque, un tuba). Les moniteurs pourront vous conseiller et orienter vos choix.

Le reste du matériel (bouteille, gilet, détendeur pour la plongée) est prêté pendant les séances d'entraînement. A l'occasion des sorties en milieu naturel, les combinaisons, plombs, instruments, gilet, détendeurs, etc... pourront être loués sur place ou dans des magasins spécialisés.

### SORTIES EN MER / ACTIVITES EXTERIEURES

Nous essayons d'organiser chaque année une sortie en mer : Le Frioul, Ile de Porquerolles, Hyères, La Londe les Maures, Marseille, l'île du Levant sont quelques-unes des sorties des années précédentes. Ces séjours permettent aux débutants de faire leurs premières sorties en milieu naturel, aux plus confirmés de finaliser leur formation ou tout simplement de plonger entre amis.

Une sortie spécifiquement technique peut être organisée pour la préparation et la validation des niveaux au-delà du niveau 1. Nous pouvons également proposer des sorties sur des week-ends par exemple à la fosse de Nemo 33 à Bruxelles ou à la fosse Y40 en Italie.

Enfin, certains adhérents organisent parfois des sorties et proposent aux membres du club de former un groupe afin de profiter des meilleures conditions. Ces initiatives sont les bienvenues et encouragées.

### ASSURANCE

La licence fédérale comprend une assurance **responsabilité civile**. Cette assurance est valable du 15 septembre au 31 décembre de l'année suivante. L'assurance du club couvre le baptême de plongée. En revanche, aucune formation ne pourra débuter avant remise du dossier complet.

Nous vous encourageons à vérifier que votre assurance individuelle couvre la pratique de la plongée sous-marine. Dans le cas contraire, **vous pouvez souscrire avec votre licence à une assurance individuelle complémentaire** afin de vous couvrir pendant les activités de plongée/apnée (Piscine, fosse, sorties en mer ...). Le contrat d'assurance complet est à votre disposition à la piscine ou sur le site de l'assureur <http://www.assurdiving.com>.

A noter que la Loisir 1 minimum est obligatoire pour la pratique de l'apnée en compétition.

**CONTACT** : Damien Président de la section apnée (06 62 45 85 47) [apnee.ocnm95@gmail.com](mailto:apnee.ocnm95@gmail.com)

Les données personnelles recueillies par l'OCNM sont enregistrées et font l'objet d'un traitement informatique par l'OCNM afin de permettre votre inscription ainsi que la gestion de votre adhésion, et ce en conformité avec la réglementation en vigueur.

Les photos qui pourraient être prises lors des manifestations du club afin d'illustrer le site internet respectent notre Politique de confidentialité.

Les modalités de traitement de vos données personnelles par l'OCNM sont accessibles sur l'onglet « Politique de confidentialité » de [www.ocnm.fr](http://www.ocnm.fr) et l'adhésion à l'OCNM emporte acceptation de notre Politique de confidentialité.

Vous bénéficiez d'un droit d'accès et de rectification aux informations vous concernant auprès du responsable de leur traitement qui est le Président de l'OCNM en écrivant à l'adresse [ocnm.webmaster@gmail.com](mailto:ocnm.webmaster@gmail.com)

Signature de l'adhérent (lu et approuvé):  
Date :

Signature des parents pour les mineurs :  
Date :