

# Formation Départementale Guide de Palanquée N4

Réunion d'organisation et d'informations  
du 10 sept 2025  
Salle 3

**FFESSM35.fr**

ILLE ET VILAINE | 35

TECHNIQUE

Responsables de la formation : Stéphan GUIBOUT, Virginie RAPHALEN.

10 sept 2025

Salle 3

20h30 – 22h00

Sommaire :

- Préviation des stagiaires par club
- Inscription des stagiaires & moniteurs
- Organisation de la théorie
- Organisation de la pratique
- Organisation de l'examen

# Prévision des stagiaires par club

| Clubs     | Stagiaires | Clubs    | Stagiaires | Clubs        | Stagiaires |
|-----------|------------|----------|------------|--------------|------------|
| ASMR      | 0          | CVAS     | 0          | PSA ASLC     |            |
| CESA      | 3          | SIRMER   |            | SMPE         |            |
| CASAR     | 9          | HALIOTIS | 3/4        | Bulles'O     | 0          |
| GASPAR    | 0          | CSCE     |            | BSS Montfort | 2          |
| Zomards   |            | LSD      | 4          | C Combours S |            |
| SCF       | 10         | APL      |            | CSGR         | 3          |
| LaGuerche |            | CLAR     |            | BTD          |            |
| RenSport  |            | RSSM     |            | CSD          |            |
|           |            |          |            |              |            |

effectifs à confirmer avec les clubs le 10 septembre 25 : **35 stagiaires**

Responsables de la formation : Stéphan GUIBOUT, Virginie RAPHALEN.

10 sept 2025

Salle 3

20h30 – 22h00

Sommaire :

- Prévion des stagiaires par club
- Inscription des stagiaires & moniteurs
- Organisation de la théorie
- Organisation de la pratique
- Organisation de l'examen



## ➤ Candidature

# Inscriptions

- Etre titulaire de la licence FFESSM en cours de validité.
- Etre âgé de 17 ans au moins le jour du début de l'examen. ★
- Etre titulaire du diplôme N3 FFESSM le jour de l'examen. ★
- Etre titulaire de la carte RIFA Plongée FFESSM, le jour de l'examen. ★
- Fournir les attestations d'aptitude ci-dessous :(MF1) (9 mois) ★
  - A1 : Conduite de palanquée. (épreuve 4)
  - A2 : Intervention sur un plongeur en difficulté à 40 m (épreuve 5).
  - A3 : Démonstration Technique de Maîtrise de Remontée gilet de 25 m (DTMR) (épreuve 8)
  - A4 : Nages PMT et capelée, réalisées dans des conditions non éliminatoires en milieu naturel. (épreuve 2 et 9)
- CACI **2025** : Le Certificat médical d'Absence de Contre Indication, par tout médecin, de moins de 1 an au jour des pratiques.



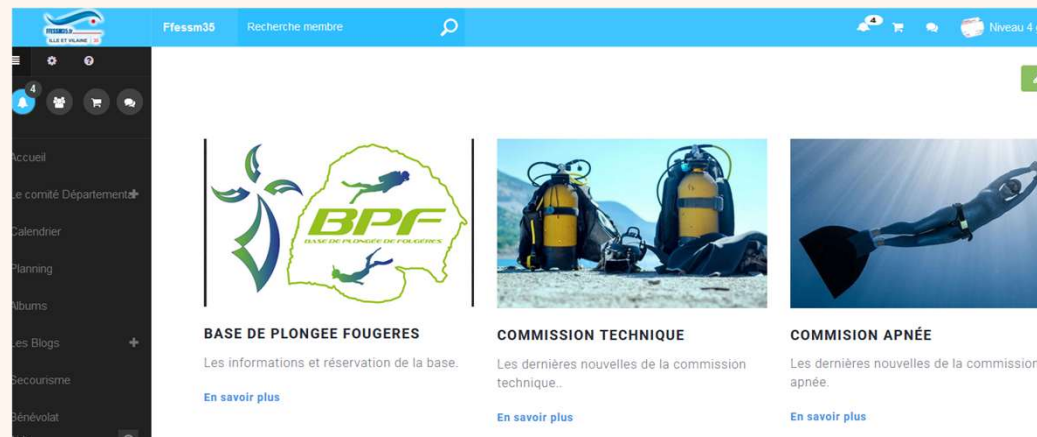
## ➤ Pour l'examen



## ➤ fiche d'inscription via VPdive

<https://ffessm35.fr/>

**avant le 30/09/2025**



Responsables de la formation : Stéphan GUIBOUT, Virginie RAPHALEN.

10 sept 2025

Salle 3

20h30 – 22h00

Sommaire :

- Prévvision des stagiaires par club
- Inscription des stagiaires & moniteurs
- Organisation de la théorie
- Organisation de la pratique
- Organisation de l'examen

# Organisation de la théorie

## Conditions matérielles

- 
- 
- 
- **L'ouverture de la salle**
    - Récupe du badge « salle » - 02 99 54 67 67 - CDOS
    - Nominatif et horodaté – 20h00 >> **max 23h00**
    - Alarme! et présence d'un ERP dans la salle de cours
    - Vidéo projecteur – Ren'sport avec la carte (1<sup>ère</sup> porte)
  - **Une feuille de présence sera faite à chaque cours puis envoyé par mail à : [contact.niv4.ctd35@gmail.com](mailto:contact.niv4.ctd35@gmail.com)**
  - **Gestion des supports de cours**
    - Mise à disposition sur site pdf ou ppt dans la semaine
    - photocopies délai de 2 semaines pour la réalisation
    - Feuille de présence
  - **Coût des cours théoriques de 60 €**
  - **Evaluation de la théorie en Avril 2026 à Rennes**  
**théorie anticipée CTR BPL ?**

**A confirmer**

# Organisation de la théorie

- Les cours ont lieu le mardi de 20h30 à 22h30 & un dimanche avec les initiateurs.

voir calendrier du site  
[FFESSM35.FR](http://FFESSM35.FR)

| Les Prochains évènements                                                                                                                                                                                                                                |           |             |                     |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|-------------|---------------------|
| Lieu / Date                                                                                                                                                                                                                                             | Etat      | Responsable | J'y suis inscrit(e) |
| <b>Cours théorique GP N4 - Présentation du GP, la Formation 35 et la FFESSM</b><br>Maison Départementale des Sports C.D.O.S Comité Départemental Olympique et Sportif, Avenue de Cucillé, Rennes, France<br>Le Mardi 30 septembre 2025 de 20:00 à 22:30 | Programmé |             |                     |
| <b>Cours théorique GP N4 - La réglementation</b><br>Maison Départementale des Sports C.D.O.S Comité Départemental Olympique et Sportif, Avenue de Cucillé, Rennes, France<br>Le Mardi 07 octobre 2025 de 20:00 à 22:30                                  | Programmé |             |                     |
| <b>Cours théorique GP N4 - L'équilibre du plongeur</b><br>Maison Départementale des Sports C.D.O.S Comité Départemental<br>Le Mardi 14 octobre                                                                                                          | Programmé |             |                     |

- Des cours avec de la **Transversalité**

- *La Théorie pour la pratique*
- *Echanger avec les moniteurs qui passe avant vous et après vous. (éviter les répétitions)*

- Si Intervention stagiaires pédas MF1, “MF2 présent” et a validé antérieurement la présentation.



# Organisation de la théorie

- **Planning des cours**
  - Diffusion aux moniteurs, stagiaires et référents.
- **Cours théorique à répartir entre moniteurs**
  - Ce soir
- **Disponibilité des supports sur le site web**



<https://ffessm35.fr/>



Responsables de la formation : Stéphan GUIBOUT, Virginie RAPHALEN.

10 sept 2025

Salle 3

20h30 – 22h00

Sommaire :

- Préviation des stagiaires par club
- Inscription des stagiaires & moniteurs
- Organisation de la théorie
- Organisation de la pratique
- Organisation de l'examen

# Organisation de la pratique

## Conditions matérielles

- 
- 
- 
- Les séances sont proposées en plus de la formation des clubs
  - La participation peut se faire par week-end (ou journée) et elle est non obligatoire sur la totalité.
  - Pour des questions d'organisation (encadrement, repas, réservation....) une date limite d'inscription sera fixée pour chaque évènements.
  - Les séances pratiques seront ouvertes aux stagiaires MF1 - coût réel, Sous condition qu'un MF2 puisse l'encadrer.
  - Journée ou matinée, 1 ou 2 plongées suivant la météo ★
  - Priorité moniteurs référents suivant les stagiaires.....  
Mais...Il faut aussi faire participer les nouveaux MF1.

# Planning

# Organisation de la pratique

| <i>Dates</i>          | <i>Lieu</i> | <i>Programme</i>                     | <i>Coût</i><br><i><u>estimation</u></i> |
|-----------------------|-------------|--------------------------------------|-----------------------------------------|
| 9 novembre 25         | Fougères    | 2 plongées & évaluation & libre      | 20 €                                    |
| 30 novembre 25        | Fougères    | 2 plongées                           | 20 €                                    |
| 11 janvier 26         | Vitré       | Cours / Physique / Mannequin / Apnée | 50 €                                    |
| 25 janvier 26         | Fougères    | 2 plongées                           | 20 €                                    |
| 7 février 26          | Fougères    | 2 plongées                           | 20 €                                    |
| 08 mars 26            | Fougères    | 2 plongées                           | 20 €                                    |
| 30-31 mai 26          | ??          | Week-end de mise en situation        | ~ 440 €                                 |
| 22 au 25 Juin<br>2026 | ??          | Stage final                          | ~ 900 €                                 |

A confirmer

# Organisation de la pratique

# Livret de suivi !

|                        |  |                |  |
|------------------------|--|----------------|--|
| Formation pratique N4  |  | Saison 15 / 16 |  |
| Date :                 |  |                |  |
| Matin : Programme      |  | Observations   |  |
| Encadrant :            |  |                |  |
| Après midi : Programme |  | Observations   |  |

CODEP 35

LIVRET DE FORMATION GP N°

SAISON 2017 2018

Prénom : \_\_\_\_\_ Nom : \_\_\_\_\_

Club : \_\_\_\_\_

[illegible]

Intérêt ? Suivi du stagiaire entre les apports CTD et le club Formateur.

Responsables de la formation : Stéphan GUIBOUT, Virginie RAPHALEN.

10 sept 2025

Salle 3

20h30 – 22h00

Sommaire :

- Préviation des stagiaires par club
- Inscription des stagiaires & moniteurs
- Organisation de la théorie
- Organisation de la pratique
- Organisation du stage et de l'examen

# Organisation de l'examen

## Conditions matérielles

A confirmer

- Précédé d'un stage final du 21 Juin au 25 Juin 2025
- L'examen se déroulerait du vendredi 26 juin matin au dimanche 28 juin. (*sous réserve de disponibilité de l'hébergement*)
- Les lieux possibles seraient CAP Tréb ou ... (*suivant nombres de candidats et équipements*)
- Coût : (ex 2024: ~ **1500 € Hors subvention : stage + exam / hébergement / repas / plongées / gonflages / encadrements**)
- Prévision du nombre de candidats passant l'examen avec la CTD 35 (20-25)
- Moniteurs (priorité Tuteurs) et moniteurs puis Stagiaire Péda si place disponible ?

# Formation Départementale

## Guide de Palanquée N4

# Merci de votre participation



ILLE ET VILAINE | 35

TECHNIQUE

GUIDE DE PALANQUEE Niveau 4

Inscription avant le : 30/09/2025

<https://ffessm35.fr/w/technique-n4?0=1>