

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 :

- Prévion 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 Combourg 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.

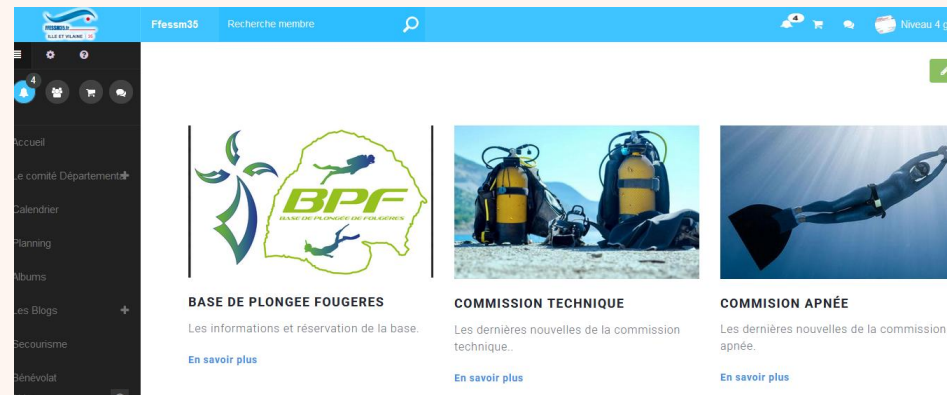


➤ Pour l'examen



➤ fiche d'inscription Sur VPdive

Avant le 30/09/2025



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

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^{ère} porte)

➤ Une feuille de présence sera faite à chaque cours puis envoyé par mail à : 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 € ★

A confirmer ➤ Evaluation de la théorie en Avril 2026 à Rennes .

Organisation de la théorie

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

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

- Prévion 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> <u><i>estimation</i></u>
16 novembre 25	Fougères	2 plongées & évaluation & libre	20 €
07 décembre 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 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 N4

SAISON 2017 2018

Prénom : _____ Nom : _____

Club : _____




Formation G. P. Niveau 4 2011 / 2012

Stagiaire : _____ Club : _____

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
date																				
M/AM																				
moniteur																				
profondeur																				
testage																				
1 : Démonstrations techniques																				
Prises / décollage sauvetage																				
D T H 20m																				
RSE 10m																				
RSE 20m																				
2 : Immersions et retour en surface																				
Prise en compte de la palanquée																				
Descente dans le bleu 40m																				
Vitesse de remontée																				
Palier parachute																				
3 : Maîtrise de la ventilation																				
Ventilation dans l'espace lointain																				
LRE : apnée expiratoire																				
VDM																				
Equilibrage																				
4 : Réaction et interventions de guide de palanquée																				
Connaissance des signes																				
RA2 15m-5m																				
RA2 40m-15m																				
RA2 40m-5m																				
Utilisation du 2 ^{ème} détendeur																				
Assistance / sauvetage 15m-5m																				

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



FFESSM35.fr

ILLE ET VILAINE | 35
TECHNIQUE

Inscription avant le : 30/09/2025

VPDIVE

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