

## Préconisations d'organisation de la pratique de la RANDONNÉE SUBAQUATIQUE à la FFESSM

### 1. GENERALITES

La randonnée subaquatique, également dénommée "randonnée palmée", se définit comme une «promenade de surface» en milieu naturel, muni de Palmes, Masque et Tuba (PMT) et souvent d'un vêtement néoprène, avec la possibilité d'effectuer des plongées en apnée plus ou moins fréquentes et profondes.

Les clubs associatifs et les SCA de la FFESSM organisent les activités de randonnée subaquatique en prenant en compte les préconisations fédérales décrites ci-dessous.

La randonnée subaquatique se subdivise en deux types de pratiques :

- \* La randonnée subaquatique encadrée.
- \* La randonnée subaquatique autonome.

### 2. OBJECTIFS

#### 2.1. De la randonnée subaquatique encadrée

- Faire découvrir l'environnement subaquatique proche de la surface de manière ludique, afin de susciter l'intérêt des randonneurs au cours de ces sorties encadrées.
- Sensibiliser à l'utilisation des palmes et du masque, à la respiration avec un tuba et à la pratique de l'apnée.
- Faire découvrir la FFESSM.

#### 2.2. De la randonnée subaquatique autonome

- D'apporter les éléments de culture nécessaires à la bonne compréhension de l'environnement subaquatique et à la sensibilisation de la protection et de la préservation du milieu vivant.
- D'apporter la base des éléments de sécurité et de confort nécessaires à l'utilisation autonome des PMT en milieu naturel.
- De donner les moyens de se repérer dans l'organisation de la FFESSM et de participer à ses différentes activités.

### 3. CONDITIONS D'ACCES

- Etre en possession d'une autorisation du responsable légal pour les moins de 18 ans.

Conditions particulières pour l'accès à la randonnée subaquatique autonome :

- Etre titulaire d'une licence FFESSM. en cours de validité.
- Etre titulaire de l'attestation de randonnée subaquatique.

## 4. PRECONISATIONS D'ENCADREMENT

### 4.1. Le responsable technique randonnée

- Il est souhaitable que la pratique de la randonnée subaquatique soit placée sous la responsabilité d'un "responsable technique randonnée" désigné par le Président du club ou l'exploitant de la SCA.
- Il s'agit d'un "Guide de Randonnée" qui choisit le site, le parcours ainsi que les autres paramètres de la randonnée.
- Il organise matériellement l'activité lorsqu'elle se déroule sur un autre site que ceux équipés, de type "sentier sous-marin".
- Il autorise les randonneurs à évoluer en autonomie et veille à la prise en compte des préconisations fédérales.

### 4.2. Le Guide de Randonnée

- Le Guide de randonnée encadre le groupe de randonneurs dans l'eau.
- Il veille au bon déroulement de la randonnée et s'assure que les conditions de pratique de celle-ci sont adaptées aux circonstances et aux compétences des participants.
- Il anime la sortie en créant les conditions de confort et d'attrait permettant la découverte des PMT, de l'apnée et du milieu vivant.
- Il est souhaitable que Le Guide de randonnée soit au minimum :
  - \* Initiateur-Entraîneur Apnée
  - \* Initiateur de club de plongée subaquatique
  - \* Initiateur de Pêche sous-marine
  - \* MF1 ou BEES1 de plongée subaquatique

Sur décision du responsable technique, un Guide de Palanquée (N4) peut assurer la fonction de guide randonnée.

## 5. PRECONISATIONS D'EVOLUTION

### 5.1. Pour la randonnée subaquatique encadrée

- Les évolutions, en randonnée subaquatique encadrée, se déroulent dans la zone proche de la surface, avec éventuellement des apnées courtes et peu profondes.
- Les randonneurs sont encadrés par un guide de randonnée. Il est souhaitable qu'un guide de randonnée n'encadre pas plus de huit randonneurs débutants par sortie.
- Il est préconisé que les randonneurs subaquatiques encadrés soient équipés d'un vêtement en néoprène adapté aux conditions climatiques ou d'un gilet de flottabilité adapté.
- L'usage d'un lestage est fortement déconseillé pour les randonneurs subaquatiques encadrés.

### 5.2. Pour la randonnée subaquatique autonome

- Le responsable technique randonnée du club ou de la SCA peut autoriser les randonneurs, titulaires de l'attestation de randonnée subaquatique à évoluer en autonomie au cours d'une randonnée. Les randonneurs mineurs placés en autonomie doivent être accompagnés par un de leurs tuteurs légaux.
- En randonnée subaquatique autonome, la zone d'évolution est fixée en fonction du niveau des randonneurs.
- Il serait souhaitable que le groupe de randonneurs autonomes soit composé de deux à quatre randonneurs.
- Il est préconisé que les randonneurs subaquatiques autonomes soient équipés d'un vêtement en néoprène adapté aux conditions climatiques ou d'un gilet de flottabilité adapté. En l'absence éventuelle de vêtement, le port d'un tee-shirt ou de tout autre type de sous-vêtement de plongée est recommandé.
- Si les randonneurs subaquatiques utilisent un lestage, celui-ci doit permettre de conserver une flottabilité positive en surface.

Dans tous les cas, le nombre de randonneurs préconisés peut augmenter lorsque les randonneurs ont des compétences particulières et que les conditions de pratique le permettent.  
Il est toujours souhaitable de composer des binômes.

## 6. PRECONISATIONS D'ORGANISATION MATERIELLE

- Dans tous les cas, les pratiquants ont à leur disposition, à proximité immédiate de la mise à l'eau ou en tout autre lieu approprié :
  - \* Un moyen de communication permettant de prévenir les secours
  - \* Une trousse de secours adaptée à l'activité.
- Lorsque la randonnée est organisée sur un site qui n'est pas spécifiquement équipé et balisé (comme peut l'être un "sentier sous marin") ou sur une zone délimitée et balisée par le responsable technique, il est souhaitable qu'en fonction du niveau des randonneurs et des conditions d'évolution chaque groupe de randonneurs soit équipé d'un support flottant qui permette :
  - \* Soit de prendre appui (bateau, canoë, planche de chasse ...).
  - \* Soit simplement de signaler la présence du groupe (bouée de signalisation par ex )
- Lorsque l'activité de randonnée est encadrée par un guide et organisée sur un site éloigné du club ou de la SCA et sans support nautique, il est souhaitable que soit disponible à terre et à proximité immédiate de la mise à l'eau ou en tout autre lieu approprié un appareillage d'oxygénothérapie adapté aux interventions de premiers secours.