

CLUB DE PLONGÉE COMPIÉGNOIS

FICHE D'ACCUEIL — TOUT CE QUE VOUS VOULEZ SAVOIR SUR LE CLUB

Le CPC est un club associatif géré à 100% par des bénévoles. Passage du Niveau 1 au Mf2 (selon les saisons en fonction de la disponibilité en encadrants)

Vous pouvez nous rencontrer tous les samedis matin de juillet et août lors des baptêmes de 10h à 12h à la piscine de Mercières à Compiègne. Baptême gratuit. Inscription sur place. Seule l'entrée à la piscine est payante. A parti de 8 ans. Excepté le 15 et 28 Aout.

ANNEE 2026-2027

LES SÉANCES D'ENTRAÎNEMENT — PISCINE D'HUY

Activité	Jours	Horaires
Cours de plongée	Lundi et Mercredi	20 h – 22 h
Hockey subaquatique	Mardi & Vendredi (Adulte) Mercredi (Enfants)	20 h – 22 h 18 h30 – 20h30
Plongée sportive en piscine (PSP)	Mercredi	20 h – 22 h
Nage libre, nage avec palmes, apnée	Vendredi	20 h – 22 h

ADHÉSION ANNUELLE

- ▶ **140 €** pour les plus de 18 ans
- ▶ **120 €** pour les jeunes de 16 à 18 ans
- ▶ **70 €** pour les jeunes de 8 à 16 ans

Ce tarif comprend : la licence, l'assurance Responsabilité Civile, les entrées à la piscine, les cours et le prêt du matériel (Bouteille, Gilet stabilisateur, Détendeur)

Âge minimum : 14 ans (8 ans pour le Hockey subaquatique).

POUR VOUS INSCRIRE

Les dossiers d'inscription sont à demander à partir du 1^{er} septembre au secrétariat : secretariat@cpc-compiegne.fr et devront contenir :

- ▶ 1 photo d'identité + en fonction des disciplines suivantes :
- ▶ **Plongée :** certificat médical de non-contre-indication à la plongée
- ▶ **Hockey :** certificat médical de non-contre-indication à la compétition, mention Hockey
- ▶ **PSP :** Niveau 1 de plongée + certificat médical de non-contre-indication à la plongée et à la compétition, mention PSP



Réunion de rentrée : mercredi 30 Septembre à 19 h 30 au local du Club pour les dernières informations. Occasion de finaliser votre dossier et effectuer votre règlement.



Première séance : le lundi suivant, à la Piscine d'Huy.

CONTACT & INFOS

Secrétariat : secretariat@cpc-compiegne.fr **Site du club :** www.cpc-compiegne.fr

Plongée : facebook.com/cpc.clubdeplongeecompiegnois

Hockey : facebook.com/HipphockeyeursCompiegne

PSP : facebook.com/HipPSPeursCompiegne

Certificat médical d'Absence de Contre-Indication à la pratique des activités subaquatiques

Je soussigné(e) Docteur,

Exerçant à,

médecin, généraliste* du sport* diplômé de médecine subaquatique* fédéral* autre* :

Rayez la mention inutile*

Certifie avoir examiné ce jour : **NOM** :

Prénom :

Né(e) le

et ne pas avoir constaté, sous réserve de l'exactitude de ses déclarations, de contre-indication cliniquement décelable à la pratique :

☐ **de l'ensemble des activités subaquatiques fédérales**

Ou bien seulement (cocher) :

- ☐ des activités de plongée en scaphandre autonome
- ☐ des activités en apnée
- ☐ de l'apnée en profondeur au-delà de 6 m
- ☐ des activités de nage avec accessoires

☐ **de la ou des activité(s) suivante(s) EN COMPÉTITION** (spécifier en toute lettre) :

☐ **de la plongée sous-marine et des activités subaquatiques avec les limites et préconisations suivantes (encadrement, enseignement, profondeur et durée maximales autorisées, plongée sans paliers obligatoires, gaz respiré ... à préciser)**

Des conseils de prévention ont été délivrés s'il existe un risque identifié d'accident de désaturation, d'œdème pulmonaire d'immersion ou d'un autre accident en référence aux préconisations de la CMPN-

Pour mémoire les particularités suivantes nécessitent un certificat délivré par un médecin fédéral, du sport ou qualifié :

- TRIMIX Hypoxique
- APNÉE en PROFONDEUR > 6 mètres en compétition
- Reprise de l'activité après accident de plongée

NOMBRE DE ☐ COCHÉE(S) (obligatoire) :

Pour la pratique handisub se référer au site : <http://medical.ffessm.fr>

Pour les disciplines à contraintes particulières (plongée scaphandre et apnée en fosse ou milieu naturel), le CACI est obligatoire annuellement pour tous, majeurs et mineurs

Pour les autres disciplines fédérales non à contraintes particulières, le CACI est obligatoire annuellement pour les pratiquants âgés de 18 ans et plus (questionnaire de santé pour les mineurs).

En cas de modification de l'état de santé ou d'accident de plongée, la validité de ce certificat est suspendue.

En cas de pratique compétitive, l'absence de contre-indication à la pratique en compétition de la discipline concernée devra être spécifiée sur le CACI.

Ce certificat est remis en main propre à l'intéressé ou son représentant légal.

Fait à :

Date :

Signature et cachet :

Cher Confrère

Vous recevez un pratiquant de nos activités fédérales subaquatiques pour la délivrance de son certificat médical d'absence de contre-indication à sa pratique sportive.

La commission médicale et de prévention nationale met à disposition des médecins des préconisations relatives à l'examen médical préalable à la pratique des activités subaquatiques fédérales, des conseils et recommandations relatives aux restrictions de pratique ainsi que les listes indicatives de contre-indication à nos disciplines sportives... que vous pouvez retrouver sur notre site internet : <http://medical.ffessm.fr> ou en scannant ce QR code :



Lors de la visite médicale, nous vous conseillons en particulier :

- de prêter attention à la sphère ORL pour les pratiquants débutant surtout (audition, équipression tympanique, antécédents de chirurgie ORL), de recommander une bonne hygiène buccodentaire et la réalisation des soins dentaires nécessaires le cas échéant*
- de prêter une attention particulière à la sphère cardio respiratoire (évaluation des facteurs de risques cardiovasculaires et contrôle de ceux-ci, évaluation des antécédents pulmonaires et respiratoires...)*

En cas de pathologie particulière, de facteurs de risques d'accident spécifique, des limitations de pratique ou un cursus de pratique adapté peuvent être recommandés et précisés sur le CACI.

En cas de doute, votre commission médicale régionale se tient à votre disposition pour vous aider dans vos prises de décision : <https://medical.ffessm.fr/trouver-un-medecin-federal>