



## Points de considération particuliers

- *Deuxième cours obligatoire du système de formation des plongeurs de l'ACUC*
- *Il est certifié et supérieur en termes de contenu académique et de compétences à la norme ISO 24801-2 (Autonomous Diver) et à l'Open Water Diver de l'ACUC.*

## Introduction

Remarque : En cas de divergence entre ce texte et la version anglaise de cette norme, en raison de retards dans la traduction ou d'autres causes, la version anglaise doit être considérée comme la version valide.

Le cours Advanced Diver de l'ACUC est le **deuxième** niveau obligatoire de l'échelle de formation de l'ACUC. Ce cours peut être enseigné, évalué et certifié par n'importe quel Open Water Instructor de l'ACUC ou de niveau supérieur. Les principales caractéristiques de ce cours sont qu'il révise et approfondit les sujets appris dans les cours précédents et présente également aux candidats différents types de plongée. Ce cours est également une introduction à différentes spécialités de plongée; cependant, **les candidats ne sont pas certifiés dans ces spécialités**, il ne s'agit donc pas d'un cours destiné à remplacer les cours de spécialité, mais plutôt d'un cours conçu pour initier au candidat différents cours de spécialité. Cependant, ce niveau peut également être obtenu en complétant quatre cours de spécialité, dont trois doivent être les suivants : Plongée profonde ; Plongée de nuit et Orientation sous-marine. La quatrième spécialité est laissée au choix du candidat. Le candidat qui choisit cette option obtiendra essentiellement le même niveau de connaissances théoriques que s'il avait suivi le cours Advanced Diver, mais acquerra plus d'expérience dans l'eau. Par conséquent, aux fins de cette norme, le contenu technique théorique et les compétences aquatiques sont similaires ou supérieurs à ceux du cours Advanced Diver.

Ce cours a été conçu comme un cours amusant où les étudiants apprennent un peu de théorie puis font une plongée où cette théorie est mise en application. Comme les candidats sont déjà plongeurs, il n'est pas nécessaire d'attendre la fin du cours pour effectuer plongées de contrôle. Les plongées de contrôle peuvent être effectuées juste après avoir complété la théorie pour chaque type de plongée. Par exemple, une fois la théorie pour la plongée par visibilité réduite terminée, les étudiants peuvent être emmenés pour une plongée de nuit supervisée, il n'est pas nécessaire d'attendre la fin de toute la théorie du cours. Néanmoins, cela est laissé à la discrétion et à la logistique de l'Instructeur.

Il s'agit d'une norme internationale de l'ACUC et elle est donc toujours soumise aux différentes législations nationales ou locales. Dans les cas où il existe des législations différentes de cette norme, la délégation nationale ou régionale de l'ACUC, s'il en existe une, doit demander par écrit au siège social de l'ACUC une « **dérogation** » à cette norme pour satisfaire à la législation de la région, en étayant sa demande avec la documentation appropriée. Pour être considérées comme valables, les dérogations demandées doivent figurer à la fin de chaque document de norme spécifique.

Dans les cas où les législations locales ou nationales sont plus restrictives que le Standard ACUC, la législation locale prévaudra, mais si le Standard ACUC est plus restrictive, le Standard ACUC prévaudra, car en se conformant au Standard ACUC plus restrictive, la législation locale sera logiquement également respectée. En ce qui concerne les heures de formation requises, aucune n'est spécifiée car elles peuvent varier en fonction de nombreux facteurs (nombre de candidats, environnement de plongée, etc.), par conséquent, les heures de formation nécessaires dépendent de la réalisation des objectifs d'apprentissage. Dans les manuels et documents de l'ACUC où les heures sont spécifiées, celles-ci ne doivent être considérées que comme des recommandations.

## 1. Champ d'application

Cette norme spécifie les compétences minimales en matière de sécurité à acquérir dans le cadre **de la formation de plongée récréative** au niveau Advanced Diver de l'ACUC. Ce standard s'applique uniquement à **la formation contractuelle** et à la certification en plongée récréative.

## 2. Définitions

Aux fins des normes de l'ACUC, les définitions suivantes s'appliquent. Veuillez noter que tous les termes présentés ci-dessous ne figurent pas nécessairement dans une norme spécifique.

**2.1 ACUC :** Entité fournissant des systèmes de formation et de certification en plongée sous-marine récréative.

**2.2 Certification :** Confirmation qu'un étudiant a satisfait à toutes les exigences d'un cours conformément à la norme spécifique, telle qu'émise par l'ACUC.

**2.3 Compétences :** Ce qu'un plongeur peut faire une fois certifié

**2.4 Compétences aquatiques :** connaissances transmises dans un environnement humide (eau de piscine, eau de mer, etc.)

**2.5 Conditions préalables à la formation :** Ce dont un plongeur a besoin ou les conditions à remplir avant de commencer la formation

**2.6 Connaissances théoriques :** connaissances transmises dans un environnement sec (salle de classe, bord de piscine, etc.)

**2.7 Cours de plongée sans certification :** Cours de plongée où les participants ne reçoivent pas de certification ACUC à la fin du cours, comme par exemple, l'introduction à la plongée, le rafraîchissement de plongée, la flottabilité de plongée, etc.

**2.8 Définitions de formation :**

- Observer : être observateur dans un cours mais sans aucun type de participation
- Assister : en plus de ce qui précède, assister à la formation d'un cours sous la supervision directe d'un Instructeur de niveau supérieur
- Former : en plus de tout ce qui précède, former dans le cadre d'un cours sans avoir besoin de la supervision d'un Instructeur de niveau supérieur
- Évaluer : outre tout ce qui précède, évaluer par soi-même ou avec d'autres évaluateurs, les performances des candidats
- Certifier : outre tout ce qui précède, délivrer les attestations des candidats.

**2.9 Eau confinée :** Piscine d'une profondeur adaptée à l'activité, ou plan d'eau offrant des conditions similaires (profondeur maximale 6 mètres)

**2.10 Eau froide :** eau à moins de 10 °C / 50 °F de sa température moyenne la plus élevée ou eau à 10 °C / 50 °F ou moins

**2.11 Eau libre :** Plan d'eau sensiblement plus grand qu'une piscine offrant des conditions typiques d'un plan d'eau naturel rencontré dans la région où se déroule la formation.

**2.12 Équipement de base :** Équipement composé des éléments suivants :

- Masque
- Palmes
- Tuba

**2.13 Équipement de plongée :** Équipement composé des éléments suivants :

- Masque,
- Palmes
- Tuba,
- Bouteille
- Détendeur,
- Système de gaz respiratoire alternatif, qui pourrait aller d'un simple système octopus à un système respiratoire double avec une alimentation en gaz respiratoire séparée,
- Système de support de bouteille et dispositif de contrôle de la flottabilité comprenant (le cas échéant) un système de lestage à largage rapide,
- Manomètre submersible (moniteur de pression de gaz respiratoire),
- Moyens de mesurer la profondeur et le temps et de limiter en toute sécurité l'exposition au gaz inerte,
- Combinaison de plongée (si appropriée).

Remarque : Des environnements spécifiques peuvent nécessiter un équipement supplémentaire approprié (par exemple, une aide à la navigation sous-marine, un couteau/un dispositif de coupe).

**2.14 Espaces confinés :** condition qui s'applique lorsqu'il n'y a pas d'accès direct à la surface, comme à l'intérieur d'une épave, d'une caverne, etc.

**2.15 Formation à la plongée en eau libre:** expérience de formation en eau libre sous la supervision directe d'un Instructeur qualifié, comprenant au moins les activités suivantes :

- Briefing
- Préparation à la plongée
- Vérifications avant la plongée
- Entrée dans l'eau
- Procédures de descente
- Activité sous-marine
- Procédures de remontée et de surfacage
- Sortie de l'eau
- Debriefing
- Procédures post-plongée
- Enregistrement de la plongée.

**2.16 Gaz respiratoire** : mélange approprié d'oxygène et d'azote.

**2.17 Instructeur de plongée** : une personne qualifiée, certifiée par l'ACUC pour enseigner, évaluer et certifier les plongeurs.

**2.18 Niveaux de connaissances** :

- Basique : sait comment...
- Intermédiaire : sait comment et pourquoi...
- Avancé : sait comment, pourquoi et aussi, sait comment l'enseigner...

**2.19 Scuba** : (Self Contained Underwater Breathing Apparatus) Appareil Respiratoire Sous-marin Autonome.

**2.20 Spécialité sèche** : Cours de spécialité sans formation aquatique, comme par exemple, les premiers soins, l'administration d'oxygène, etc.

**2.21 Visibilité réduite** : condition qui s'applique lors d'une plongée de nuit ou lorsque la visibilité est inférieure à la longueur d'un bras, quelle qu'en soit la raison

### 3. Compétences

En plus des compétences d'un ACUC Open Water Diver, un ACUC Advanced Diver sera formé pour avoir suffisamment de compétences grâce à ses connaissances, ses compétences et son expérience pour plonger avec d'autres plongeurs certifiés de tout niveau en eau libre. Les ACUC Advanced Divers doivent plonger dans les paramètres suivants :

- Plonger à une profondeur maximale de 40 mètres / 130 pieds
- Plonger uniquement lorsque le support de surface approprié est disponible.
- Plonger dans des conditions égales ou supérieures à celles dans lesquelles ils ont été formés.

S'il est accompagné d'un Instructeur ACUC, un plongeur certifié ACUC Advanced Diver peut acquérir une expérience progressive au-delà de ces paramètres (à l'exception de la profondeur) et développer ses compétences en matière de gestion de plongées dans des conditions plus difficiles conçues pour obtenir des certifications plus élevées. Lorsqu'une expérience supplémentaire est requise, elle peut être fournie par un Divemaster ACUC dûment qualifié. Lorsqu'une formation supplémentaire est requise, elle ne peut être fournie que par un Instructeur ACUC dûment qualifié.

### 4 Prérequis de formation

Pour être admissible à l'inscription à un cours conformément à la présente norme, le candidat doit satisfaire aux prérequis suivants :

- **Age minimum** : 16 ans pour la certification normale. Les élèves entre 12 et 15 ans, qui répondent aux exigences de performance du niveau Advanced Diver, peuvent se qualifier pour une certification spéciale Junior. Le consentement des parents ou du tuteur est requis lorsque le candidat est mineur (la définition de « mineur » sera conforme à la législation de chaque pays). Remarque: si une plongée en profondeur est effectuée pendant le cours, elle ne peut être effectuée que par des candidats âgés d'au moins 16 ans.
- **Conditions de santé** : Les candidats doivent passer un examen médical approprié à la plongée récréative ou, si la législation du pays où se déroule le cours le permet, remplir un questionnaire approprié. En cas de doute, les candidats doivent être orientés vers un médecin approprié. Si le candidat n'est pas examiné par un médecin, il devra confirmer, par sa signature, les informations écrites données par l'Instructeur sur les maladies ou conditions physiques pouvant constituer un risque lié à la plongée. Les candidats seront informés de l'importance d'examen médicaux réguliers appropriés.

- **Certification précédente** : Pour s'inscrire au cours, ACUC Open Water Diver ou similaire avec au moins 2 heures d'expérience **d'heure du fond** (voir également les exigences de certification). Les candidats provenant d'organisations autres que l'ACUC doivent d'abord réussir l'examen écrit du cours ACUC OWD. L'Instructeur doit s'assurer que ces candidats ont toutes les connaissances et compétences requises par un ACUC OWD avant de les autoriser à suivre le cours ACUC Advanced Diver. Une attention particulière sera accordée à la connaissance des tables de décompression ACUC
- **Exigences en matière de documentation** : Les candidats doivent signer les formulaires de Décharge de Risque de l'ACUC (ACUC Risk Release) et de Pratiques de Plongée en toute Sécurité (Safe Diving Practices), les deux formulaires sont téléchargeables à partir du site Web privé de l'ACUC.

## 5 Instructeur de formation : Ratios des candidats

- **Théorie (cours secs)** : Aucune limite
- **Eaux protégées** : 10 candidats par Instructeur, plus 4 candidats supplémentaires par Divemaster certifié, avec un maximum absolu de 18 candidats.
- **Eau Libre**: 4 candidats par Instructeur, avec 2 candidats supplémentaires par Divemaster certifié avec un maximum absolu de 8 candidats.

## 6 Informations initiales

Les informations suivantes seront mises à la disposition des candidats avant ou pendant le premier cours.

- Prérequis conformément au point 4,
- Limitations de la qualification éventuelle,
- Champ d'application du cours,
- Procédures de cours,
- Coûts, assurances et questions contractuelles selon les réglementations nationales,
- Exigences en matière d'équipement,
- Exigences de certification conformément au point 10,
- Législation et exigences légales relatives à la plongée.

## 7 Contenu du cours lié aux connaissances théoriques

Les candidats doivent déjà avoir les connaissances d'un Open Water Diver, et également :

**7.1 Entretien de l'équipement** : Les candidats auront une compréhension de base de l'entretien de l'équipement de plongée.

**7.2 Consommation d'air en surface** : Les candidats auront une connaissance intermédiaire des calculs de consommation d'air de surface

**7.3 Révision de physiologie** : Les candidats auront une connaissance intermédiaire des éléments suivants :

- Le système circulatoire
  - Le cœur
  - Les vaisseaux sanguins
  - Le sang
- Le système respiratoire
  - Les voies respiratoires
  - Les poumons
  - Les phases du cycle respiratoire
  - Le rythme respiratoire

**7.4 Plongée avec visibilité réduite** : Les candidats auront une connaissance de base sur les points suivants :

- Manque de lumière dans les espaces ouverts
- Conditions troubles dans les espaces ouverts
- Conditions obscures ou manque de lumière dans les espaces clos

**7.5 Plongée en espaces confinés** : Les candidats auront des connaissances de base sur les éléments suivants:

- Différences avec les plongées avec décompression
- Risques liés à ce type de plongée
- Règles à prendre en compte dans ce type de plongée

**7.6 Navigation sous-marine** : Les candidats auront des connaissances de base à intermédiaires des éléments suivants:

- Procédures pour obtenir la bonne direction
- Utilisation de la boussole

**7.7 Biologie sous-marine et notions d'écologie** : Les candidats auront des connaissances de base à intermédiaires sur :

- L'environnement marin
- La vie sous-marine

**7.8 Notions de navigation** : Les candidats auront des connaissances de base sur :

- Petits bateaux
- Notions de base de navigation

En plus des sujets ci-dessus, les Instructeurs peuvent également proposer, dans le cadre de ce cours, une formation supplémentaire concernant les conditions de plongée liées à leurs domaines spécifiques, comme la plongée dérivante, la plongée en combinaison étanche, etc. Cependant, l'Instructeur doit se rappeler que les candidats ne recevront pas de certification de spécialité, car ces parties du cours Advanced Diver ne sont considérées que comme une introduction aux spécialités et non comme une certification dans ces spécialités. De plus, les Instructeurs ne peuvent initier les plongeurs qu'aux spécialités dans lesquelles ils détiennent eux-mêmes une certification de spécialité.

## 8 Contenus du cours liés aux techniques de plongée

**8.1 Compétences en plongée en milieu confiné** : Outre celles déjà acquises en tant que plongeurs en eau libre, les candidats doivent être capables d'exécuter les compétences suivantes. Chaque compétence doit être maîtrisée en milieu confiné avant d'être exécutée en eau libre.

- Montage et démontage de l'équipement les yeux bandés
- Mettre et retirer l'équipement avec les yeux bandés
- Agissez en tant que donneur et receveur dans un exercice de respiration en binôme, les yeux bandés
- Utilisation correcte d'une lampe de poche sous l'eau
- Signaux manuels de base sous l'eau avec une lampe de poche
- Reconnaissance d'une zone de plongée pendant la journée
- Signalisation de la rive à l'eau
- Enlever et enfiler la veste et la bouteille sous l'eau
- Techniques de palmage spécifiques aux espaces confinés
- Utilisation de la boussole
- Lectures de boussole
- Méthodes d'estimation des distances

En plus des sujets ci-dessus, les Instructeurs peuvent également proposer, dans le cadre de ce cours, une formation supplémentaire concernant les conditions de plongée liées à leurs domaines spécifiques, comme la plongée dérivante, la plongée en combinaison étanche, etc. Cependant, l'Instructeur doit se rappeler que les candidats ne recevront pas de certification de spécialité, car ces parties du cours Advanced Diver ne sont considérées que comme une introduction aux spécialités et non comme une certification dans ces spécialités. De plus, les Instructeurs ne peuvent initier les plongeurs qu'aux spécialités dans lesquelles ils détiennent eux-mêmes une certification de spécialité.

**8.2 Compétences en plongée en eau libre** : Outre celles déjà acquises en tant que Open Water Diver, les candidats doivent être capables d'exécuter les compétences suivantes dans des conditions typiques de l'environnement local.

- Mettre et retirer l'équipement les yeux bandés
- Utilisation correcte d'une lampe de poche sous l'eau
- Signaux manuels de base sous l'eau avec une lampe de poche
- Reconnaissance d'une zone de plongée pendant la journée
- Signalisation de la rive à l'eau
- Techniques de palmage spécifiques aux espaces confinés
- Utilisation de la boussole
- Lectures de la boussole
- Méthodes d'estimation des distances

En plus des sujets ci-dessus, les Instructeurs peuvent également proposer, dans le cadre de ce cours, une formation supplémentaire concernant les conditions de plongée liées à leurs domaines spécifiques, comme la plongée dérivante, la plongée en combinaison étanche, etc. Cependant, l'Instructeur doit se rappeler que les candidats ne recevront pas de certification de spécialité, car ces parties du cours Advanced Diver ne sont considérées que comme une introduction aux spécialités et non comme une certification dans ces spécialités. De plus, les Instructeurs ne peuvent initier les plongeurs qu'aux spécialités dans lesquelles ils détiennent eux-mêmes une certification de spécialité.

## 9 Paramètres de formation pratique

- Toutes les techniques de plongée en milieu protégé seront présentées, directement supervisées et évaluées par un Instructeur de l'ACUC qui sera dans l'eau pendant chaque séance. L'Instructeur de plongée sera en contrôle direct des candidats tout au long des séances.
- Avant de participer à des plongées en eau libre, le candidat aura démontré en eau confinée des connaissances théoriques et des compétences de plongée suffisantes pour être en mesure d'effectuer des plongées en eau libre dans les conditions existantes.
- La profondeur maximale lors des plongées d'entraînement ne dépassera pas 25 mètres / 80 pieds, sauf dans le cas d'une plongée profonde, où la profondeur maximale absolue peut être de 40 mètres / 130 pieds.
- Lors des plongées en eau libre, le candidat sera équipé au minimum de l'équipement de plongée conforme au point 2.13. (voir la section Définitions)
- Toutes les techniques de plongée en eau libre seront présentées, directement supervisées et évaluées par un Instructeur de l'ACUC. L'Instructeur de plongée sera dans l'eau et responsable de chaque plongée en eau libre.
- Conformément à l'article 5, le nombre maximum absolu de candidats par Instructeur de plongée, dans des conditions idéales, pour la supervision directe et l'accompagnement en eau libre est de quatre. Le nombre maximum de candidats par assistant qualifié pour la supervision directe et l'accompagnement en eau libre est de deux. À aucun moment un candidat ne doit être laissé sans supervision directe dans ou sous l'eau.
- Avant chaque plongée, l'Instructeur de plongée préparera un « plan d'urgence ». À proximité immédiate du site de plongée, il y aura :
  - Une trousse de premiers soins appropriée
  - Une unité d'oxygène d'urgence qui délivre au moins 15 l/min, pendant au moins 20 minutes
  - Système de communication adéquat pour alerter les services d'urgence.
- L'Instructeur de plongée annulera ou interrompra la plongée en eau libre si les conditions environnementales ou la condition physique ou mentale du candidat l'exigent.
- Un maximum de 3 plongées de formation par jour sera autorisé
- En aucun cas, des candidats d'un autre type de cours ou des plongeurs déjà certifiés sous la supervision du même Instructeur ne pourront être mélangés dans une même plongée.

## 10 Exigences en matière d'évaluation et de certification

- **Connaissances** : Le candidat démontrera, au moyen d'un examen écrit <sup>1</sup> fourni par l'ACUC, sa connaissance de la théorie de la plongée selon le point 7 et sa connaissance des compétences selon le point 8.
- **Compétences en plongée** : Le candidat démontrera de manière satisfaisante à un Instructeur de l'ACUC les compétences en plongée conformément au point 8.
- **Nombre minimum de plongées** : Le candidat doit avoir au moins 10 heures de temps de fond (20 plongées) avant d'obtenir la certification.

## 11 plongées de contrôle

Important : Bien que le cours Advanced Diver puisse être dispensé par n'importe quel Open Water Instructor ou de niveau supérieur, en fonction des plongées du cours à effectuer, l'Instructeur peut avoir besoin d'être un Instructeur spécialisé pour que certaines des plongées du cours soient effectuées.

---

<sup>1</sup>Remarque : Si, pour une raison quelconque, le candidat n'est pas en mesure de passer un examen écrit, l'Instructeur peut lui faire passer un examen oral basé sur l'examen écrit fourni par l'ACUC et, si tel est le cas, l'Instructeur transfèrera les réponses orales du candidat à l'examen écrit. Dans les deux cas, l'examen écrit doit être complété, soit directement par le candidat, soit indirectement par l'Instructeur, en utilisant les réponses orales du candidat. Les Instructeurs peuvent, s'ils le souhaitent, faire passer des examens supplémentaires au candidat, mais l'examen fourni par l'ACUC doit être passé.

Si l'Instructeur effectue des plongées spécialisées pendant le cours Advanced Diver défini comme NR2 (voir [le document des normes de spécialités de l'ACUC](#)), l'Instructeur n'a pas besoin d'être un Instructeur de ces spécialités pour effectuer ces plongées spécialisées, car il est considéré que l'Instructeur a déjà l'expérience nécessaire pour effectuer ces plongées spécialisées, mais si l'Instructeur doit effectuer des plongées spécialisées pendant le cours de celles définies comme NR3 ou R, alors l'Instructeur doit être un Instructeur de cette spécialité.

Pour obtenir la certification, les candidats devront effectuer au moins quatre plongées de formation en eau libre sous la supervision directe d'un Instructeur de l'ACUC.

Parmi ces quatre plongées, une doit de préférence être une plongée de nuit (les plongées de formation de nuit doivent être effectuées dans un endroit avec un accès direct à la surface, par conséquent, les plongées de formation de nuit dans des épaves, des cavernes ou sous la glace ne sont pas autorisées. Voir également le point 9 ci-dessus sur la profondeur), une autre une pénétration facile d'une épave (entrée et sortie faciles) ou d'une caverne facile (sortie toujours visible) et une autre doit être une plongée de navigation sous-marine. Les Instructeurs peuvent ajouter des plongées supplémentaires en fonction de leur environnement, pour compléter le minimum de 10 heures de temps de fond.

La durée sous-marine de chacune de ces plongées doit être d'au moins 20 minutes (sauf en cas d'eau extrêmement froide - inférieure à 10°C / 50°F - où 15 minutes suffiront, ou en cas de plongées profondes, où le temps de fond maximal sera celui qui ne nécessite pas de paliers de décompression obligatoires, en fonction de la profondeur atteinte). En aucun cas, les plongées de formation ne doivent être des plongées où des paliers de décompression obligatoires sont requis, à moins qu'une plongée avec décompression ne soit prévue dans le cadre de l'expérience du cours.

## 12 Attestation du candidat

Les candidats seront certifiés ACUC Advanced Divers lorsqu'ils auront satisfait à toutes les exigences. Celles-ci incluent :

- Minimum 20 plongées en eau libre
- Réussir l'examen écrit ACUC Advanced Diver
- Réussir avec succès les plongées de contrôle pour le cours ACUC Advanced Diver

## 13 Qualifications du candidat

Une fois le cours terminé, l'ACUC Advanced Diver pourra plonger dans des eaux de caractéristiques similaires à celles dans lesquelles il a été formé jusqu'à une profondeur maximale de 40 mètres / 130 pieds, et toujours accompagné d'au moins un autre plongeur certifié.

## 14 Déviations

Aucune demande