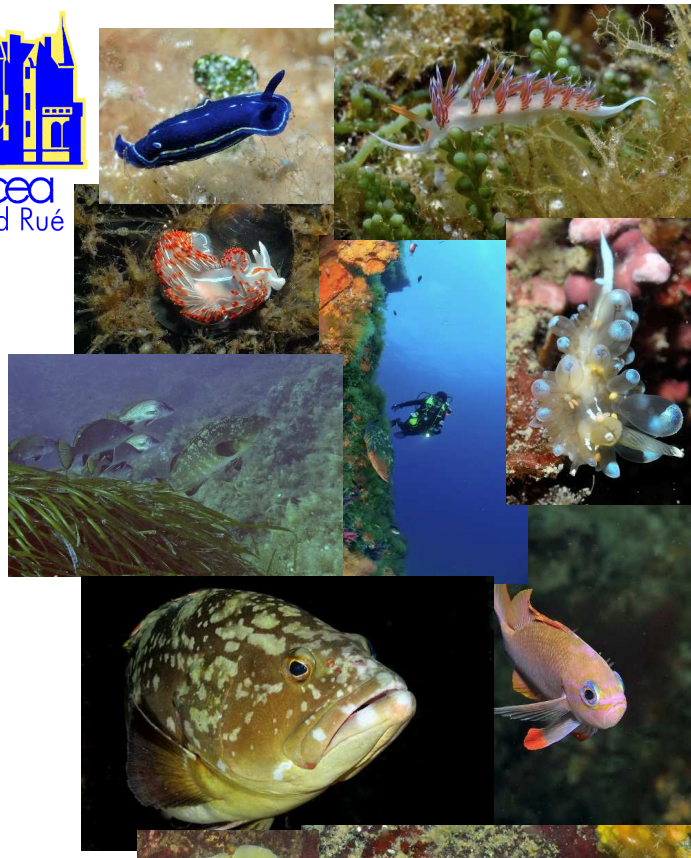
# « Sports sous-marins »

**FFESSM 07-91-0059**

**http://plongee.asceagr.fr/**

asceaGrand Rué



- Entraînement en piscine, séances de 1h30 *(plongée en bouteille et apnée)*
- cours théoriques :
- niveaux 1, 2 et 3, PE 40 et PA 40
- Qualifications nitrox & nitrox confirmé
- Biologie marine
- Photos sous-marine
- Sorties en milieu naturel.

- *2 bateaux pneumatiques semi-rigides,*
- *2 compresseurs 13 m³ /h,*
- *40 bouteilles de capacités 9, 12 et 15 l,*
- *30 détendeurs,*
- *20 gilets de stabilisation,*
- *PMT (Palmes, masques, tuba), planches de nage*
- *1 remorque baggagère*

***Une base en Bretagne (Dinard)***
***Richesse de la Baie de Saint-Malo***

## Reprise des entraînements *(piscine de l'école polytechnique)*

## le mercredi 1er octobre à 17h45

# Saison 2014-2015

**Découverte du milieu naturel**

ascea Grand Rué

## LE GRAND RENDEZ-VOUS DE L'ANNÉE

***37 ème Coupe Neptune***
***du 19 au 26 sept 2015 en Corse***

***(organisée par l'ASCEA-GR)***

***Morgat***

***du 25 au 29 juin 2015***

**Dinard de A à Z :**
**d'avril à z'octobre**
***(février à décembre)***

***Stage niveaux 2 & 3 :***

***Niolon, juin 2015***

***Croisière Saint John's Abu Fendhira:***
***du 23 au 30 mai 2015***