

PARA BUCEAR ES NECESARIO:

- Tener titulación o certificación que te capacite para la práctica del buceo Deportivo- Recreativo, seguro médico personal + responsabilidad civil a terceros y certificado médico realizado dentro de los últimos dos años
- Los menores de edad necesitan autorización de los padres o tutores e ir acompañados por un adulto con la calificación exigida.

SIGUE LAS NORMAS DE SEGURIDAD EN BUCEO:

- Planifica la inmersión en función del buceador de menor nivel de tu grupo o pareja. Ten en cuenta las condiciones del mar y escucha los consejos del personal técnico de los centros de buceo, buenos conocedores de la zona.
- La inmersión en solitario está prohibida. Hay que bucear siempre como mínimo en pareja. Si vienes solo, el personal del centro de buceo te buscará un compañero.
- Todos los buceadores con titulación-certificación de primer nivel han de ir acompañados por un buceador de nivel superior o del personal técnico del centro de buceo.
- El equipo individual mínimo para bucear incluye, máscara, aletas, regulador a demanda, sistema alternativo de suministro de gas, botella, sistema de sujeción de la botella, sistema de flotación, sistema de lastre de liberación rápida, sistemas de medición de suministro de aire, profundidad, tiempo y exposición al gas inerte, traje de buceo, cuchillo o sistema de corte.
- Verifica siempre el correcto funcionamiento de todo el equipo y el nivel de aire antes de empezar cada inmersión.
- Para bucear con botella propia o utilizar el servicio de compresores del centro, hay que acreditar que la botella cumple las normas de seguridad obligatorias: contraste cada 3 años e inspección visual en vigor.
- Respecta siempre los límites de profundidad para los cuales estás entrenado y certificado.
- Durante el buceo, el buceador es responsable de la gestión del aire. Compruébalo regularmente.
- Planifica siempre el buceo dentro de la curva de seguridad.
- En todos los casos, la profundidad máxima para el buceo Deportivo- Recreativo es de 40m.
- A menudo las inmersiones se realizan en espacios protegidos o de alto valor natural. Recuerda que no puedes tocar ni recoger ninguna especie del fondo marino ni dar de comer a los peces.
- Hay que conocer y respetar siempre la normativa sobre el buceo en Cataluña. Más información en www.subcostabrava.com

Y RECUERDA:

NUNCA buceamos si nos encontramos mal física o psíquicamente, incluyendo estados de tensión, ansiedad, cansancio, etc. NUNCA buceamos en estado de embriaguez ni si hemos ingerido drogas o similares.

EN CASO DE EMERGENCIA

112 (Emergencias 24h.)
972 60 01 60 HOSPITAL DE PALAMÓS – Cámara hiperbárica
CANAL 16 VHF (Capitanía Marítima)

POUR PLONGER, IL EST INDISPENSABLE DE:

- Disposer d'un diplôme ou d'un brevet autorisant la pratique de la plongée sportive et/ou loisir, d'une assurance médicale individuelle + d'une responsabilité civile et d'un certificat médical de moins de deux ans.
- Les mineurs doivent avoir l'autorisation de leurs parents/tuteurs et être accompagnés d'un adulte disposant du brevet exigé.

RESPECT DES RÈGLES DE SÉCURITÉ EN PLONGÉE:

- Prévoir la plongée en fonction de la personne du groupe ou du couple ayant le niveau le plus faible. Tenir compte de l'état de la mer et écouter les conseils du personnel technique des centres de plongée ; ils connaissent très bien le secteur.
- La plongée en solitaire est interdite. Il est indispensable de toujours plonger au minimum par deux. Si vous venez seul, le personnel du centre de plongée vous proposera un partenaire de plongée.
- Tous les plongeurs disposant d'un brevet niveau 1 doivent être accompagnés par un plongeur de niveau supérieur ou par le personnel technique du centre de plongée.
- Le matériel individuel de plongée se compose au minimum de : masque, palmes, détendeur à la demande, système alternatif de distribution de gaz, bouteille, système de fixation de bouteille, système de flottaison, système de lest à largage rapide, systèmes de mesure de distribution de l'air, profondeur, durée et exposition au gaz inerte, combinaison de plongée, couteau ou outil coupant.
- Toujours vérifier le bon fonctionnement de l'ensemble du matériel et le niveau d'air avant chaque plongée.
- Pour plonger avec ses propres bouteilles ou utiliser le service de compresseurs du centre, il est nécessaire d'attester que la bouteille est conforme aux règles de sécurité obligatoires : étalement tous les 3 ans et contrôle visuel en vigueur.
- Toujours respecter les limites de profondeur correspondant à la formation et au brevet du plongeur.
- Pendant la plongée, le plongeur gère lui-même son air et le contrôle régulièrement.
- Toujours prévoir la plongée dans la courbe de sécurité.
- Dans tous les cas, la profondeur maximale pour la plongée sportive et/ou loisir est de 40 m.
- Les plongées se déroulent fréquemment dans des espaces protégés ou d'une très grande valeur environnementale. Ne jamais oublier qu'il est interdit de toucher et de ramasser des espèces des fonds marins et de donner à manger aux poissons.
- Il est indispensable de connaître et de respecter la réglementation relative à la plongée en Catalogne. Pour plus d'informations, consulter www.subcostabrava.com

N'OUBLIEZ PAS:

NE JAMAIS PLONGER si vous n'êtes pas en pleine forme physique et psychologique, notamment en cas de stress, d'anxiété, de fatigue, etc. Ne jamais plonger en état d'ébriété ou après avoir consommé des drogues ou produits similaires.

EN CAS D'URGENCIA

112 (Urgencias 24h/24)
972 60 01 60 HÔPITAL DE PALAMÓS – Chambre hyperbare
CANAL 16 VHF (Capitanerie du port)

Costa Brava

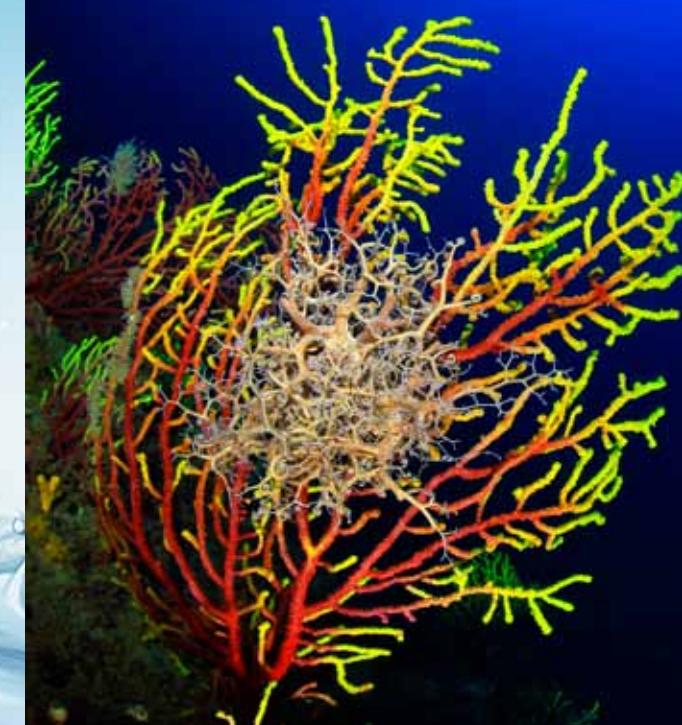
CATALUNYA

Amb la col·laboració de:



www.subcostabrava.com

Fotos: David Carbo



www.segursub.com

SEGUR sub
Su especialista en seguros subacuáticos

www.segursub.com

Carrer Turisme, 1

(C-31 sortida 330)

17253 Vall-llobrega (Costa Brava-Girona)

Tel. 00 34 972 600 017

Fax. 00 34 972 600 112

info@subcostabrava.com

