

Sommaire

Savoir s'orienter sous l'eau	9
Définition	10
Pourquoi est-ce important?	10
Quand doit-on apprendre?	10
Comment apprendre?	11
L'orientation, capacité innée ou acquise?	12
Un milieu naturel en perpétuel changement	12
Pour ne pas se perdre en plongée!	13
Se poser les bonnes questions	13
Choisir les bons repères	14
Les repères naturels	16
Les repères artificiels	23
Faire une « carte mentale »	25
Quand les points de repère ne sont pas au rendez-vous	26
Le compas	27
Principe de base d'une boussole	27
Différences entre compas et boussole	28
Quelques définitions pour ne pas perdre le nord	29
Principales caractéristiques d'un compas	30
Compas à lecture directe ou indirecte	32
Le compas électronique	33
Critères de choix d'un bon compas	33
Pour une bonne manipulation du compas en plongée	34
L'entretien du compas après la plongée	36
Relèvements, caps et exercices	37
Définitions	37
Prendre un relèvement et suivre un cap	38
Savoir faire des évolutions avec et sans compas	40
Avant de partir	49
Les secrets d'un bon briefing	49

À l'eau!

En avant	51
Quand le courant s'en mêle... ou les pièges du compas	52
Technique de l'erreur intentionnelle	53
Mesurer la distance parcourue en immersion.	53
La remontée	57
« Variantes sous-marines »	57
Être dans la bonne direction.	57
Les cartes d'orientation spécifiques	58

En savoir plus 59

Le compas et ses mystères	59
Les marées : un phénomène à connaître	62
Une carte marine peut-elle servir pour s'orienter en plongée?	66
La carte marine et ses limites	71
Se positionner sur un site de plongée	71
Les « never-lost », « sonic seeker » ou autres « pingers ».	74
Par curiosité	75
Quelques plongées particulières	76
Les facteurs humains	79

S.O.S. Plongeurs en dérive 81

Les problèmes majeurs	81
Conduite à tenir par les victimes en cas de dérive	82
Conduite à tenir après la récupération des victimes.	83
La prévention	83

Conclusion 85

Q.C.M. et solutions.	87
------------------------------	----