



## Plongée Souterraine - Höhlentauchen - Immersione in Grotta - Cave Diving



La plongée souterraine (ou plongée spéléologique), se déroule dans un contexte souterrain et subaquatique. Elle réclame en conséquence des connaissances spécifiques de progression utilisées dans ces deux milieux.

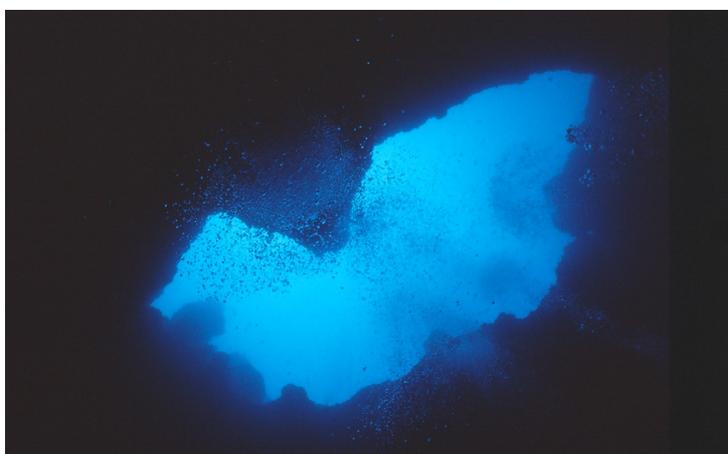
Elle se pratique dans des cavités naturelles (ou artificielles), généralement creusées par les eaux souterraines dans les régions calcaires situées à l'intérieur des terres et donc remplies d'eau douce. Un petit nombre se rencontre en mer. Il ne faut pas les confondre avec les fissures des falaises littorales ou les interstices rencontrés entre les blocs de rochers souvent appelés "grottes sous-marines". Le champ d'investigation est extrêmement vaste. Il va de la source, large et claire, d'accès facile jusqu'aux conduits noyés très profonds, ou étroits, argileux, très longs, entrecoupés parfois de passages aériens, et souvent situés au fond des grottes et des gouffres.

Véritable discipline, la plongée souterraine a pour but d'explorer et d'étudier les galeries noyées (ou siphons). Les difficultés rencontrées dans ce milieu se résument de façon très schématiques et succinctes par la présence :

- d'un plafond,
- d'une obscurité totale,
- de sédiments pouvant réduire ou annuler la visibilité,
- de conduits labyrinthiques



Deux plongeurs souterrains avancent vers la vasque ....



Sinkhole à Belize: la récompense pour toutes les peines avant.....

Au fil des années, des procédures très spécifiques de progression ont été établies, débouchant sur des règles élémentaires de sécurité dont la méconnaissance peut entraîner des accidents souvent mortels.

La pratique de la plongée souterraine fait appel à des connaissances techniques, sportives, scientifiques parfois. Elle demande, pour débiter, un minimum d'expérience subaquatique (niveau 2), beaucoup de calme et de sang froid et un matériel adapté en parfait état de marche.



Aucune formation - même si bonne - en eau libre n'est en mesure de te préparer pleinement des particularités du milieu de caverne!



## Plongée Souterraine - Höhlentauchen - Immersione in Grotta - Cave Diving



### 10 Recommendations pour la plongée spéléo en sécurité:

- § Ne plonge jamais dans une grotte ou une caverne sans une correspondante formation sérieuse de plongée souterraine et sans équipement convenable. Une formation de plongée de caverne insuffisante ou complètement manquante et/ou l'équipement insuffisant sont - d'après les statistiques présentes - clairement les causes principales des accidents mortels dans ce domaine.
- § Cherche ta formation chez une organisation spécialisée en plongée souterraine qui est reconnue et sérieuse (p. ex. SCD/CMAS.CH/Cave Diving section, NACD ou NSS/cds) et pas chez des organisations de formation en eau libre. Ceux-ci offrent souvent que des stages „Cavern“ et cela avec des instructeurs qui n'ont pas d'expérience en cavernes !
- § Choisi très soigneusement ton instructeur de plongée ou ton guide ! Enfin, tu lui confies ta vie et ta santé. La caverne ne pardonne pas d'erreurs, tu ne peut nulle part remonter rapidement à la surface. Par conséquent examine à temps la qualification et l'autorisation de formation de ton moniteur ou guide.
- § Ne plonge qu'avec l'équipement complet, fonctionnant parfaitement, adapté au but de la plongée, et que tu maîtrises aveuglément. Cela est beaucoup plus important, que peut-être un équipement qui t'a été imposé par un "Guru". Il n'y a jamais qu'une seule configuration correcte ! Tous les pièces d'équipement que tu n'a pas besoin pour une certaine plongée sont laissées au bord de la vasque!
- § Te familiarise à temps avec le fonctionnement de l'équipement de ton partenaire. En cas d'urgence tu doit être capable de t'en servir aveuglément.
- § Ta vie peut dépendre d'une préparation et d'une planification soigneuse de ta plongée. Avant chaque plongée il faut donc toujours exécuter un briefing propre et complet avec ton partenaire. Encore à la surface, un contrôle partenaire mutuel ("head-to-toe") est également exécuté, ainsi qu'un contrôle d'étanchéité sur une faible profondeur. Avec une fuite, même s'il est encore si petit, on ne descend jamais!
- § Généralement les types macho ont une vie courte dans les cavernes. Si tu as un mauvais sentiment concernant le déroulement d'une plongée ou si tu ne te sens pas bien, refus de plonger, ou arrête la plongée et retourne.
- § Respecte dûrement la règle AFL (air – fil - lumière) et n'offense jamais les règles pour l'usage des gaz respiratoires (règles 1/3- , 1/4- , 1/5.....)
- § Respecte toutes les autres règles de sécurité et les standards CMAS.
- § **PLANNIFIE TA PLONGEE – PLONGE TON PLAN**

Des plongées souterraines en toute sécurité te souhaite  
l'équipe de  
Swiss Cave Diving et Swiss Cave Diving Instructors

