

Vitesse de Remontée : 10 Mètres / Minute

t (min)	s
3 m	
60	A
120	B
6 m	
50	B
100	D
9 m	
30	B
45	C
60	D
75	E
95	F
120	G
12 m	
15	B
25	C
30	D
40	E
50	F
70	G
80	H
100	I
15 m	
15	C
25	D
30	E
40	F
50	G
70	H
60	I
80	J
90	K
100	L

t (min)	Pal.	s
	3 m	
18 m		
15		C
20		D
25		E
30		F
40		G
50		H
55		I
60		J
70	2	K
80	7	L
21 m		
10		C
15		D
20		E
30		F
35		G
40		H
45		I
50		J
60	8	K
70	14	L
24 m		
5		B
10		C
15		D
20		E
25		F
30		G
35		H
40		I
50	10	K
60	17	L

t (min)	Paliers		s
	6 m	3 m	
27 m			
10			C
15			E
20			F
25			G
30			H
40		7	J
50		18	L
60		25	M
30 M			
10			D
15			E
20			F
25			H
30		3	I
40		15	K
50	2	24	L
33 m			
10			D
15			F
20			G
25		3	H
30		7	J
40	2	21	L
36 m			
5			C
10			D
15			F
20		2	H
25		6	I
30		14	J
40	5	25	L
39 m			
10			E
15		1	F
20		4	H
25		10	J
30	3	18	M

t (min)	Paliers			s
	9 m	6 m	3 m	
42 m				
5				C
10				E
1			2	G
20			6	I
25		25	14	J
30			21	K
45 m				
5				C
10			1	E
15			3	G
20		2	7	H
25		4	17	K
30		8	24	L
48 m				
5				D
10			1	F
15		1	4	H
20		3	11	J
25		7	20	K
30	2	11	25	M
51 m				
5				D
10			2	F
15		2	5	H
20		4	15	J
25	2	7	23	L
54 m				
5				D
10			3	G
15		3	6	I
20	1	5	17	K
25	3	10	24	L
57 m				
5				D
10		1	3	G
15		4	7	I
20	2	6	20	K

t (min)	Paliers			
	12 m	9 m	6 m	3 m
60 m				
5				1
10			1	4
15		1	4	10
20		3	7	27
25		7	14	25
64 m				
5				1
10			2	4
15		1	5	13
20		4	10	23
67 m				
5				1
10			2	5
15		2	5	16
20		3	11	24
70 m				
5				2
10		1	2	6
15		3	6	18
73 m				
5				2
10		1	3	6
15		4	6	21
76 m				
5			1	2
10		1	4	7
15	1	4	7	22
79 m				
5			1	2
10		2	4	9
15	2	4	10	22
82 m				
5			1	3
10		2	5	10
15	3	4	11	24
85 m				
5			2	2
10	1	2	5	13
88 m				
5			2	3
10	1	3	5	16
91 m				
5			3	3
10	1	3	6	17

DANGER	REMONTÉE TROP RAPIDE	DANGER
AVANT SURFACE	JUSQU'À LA SURFACE	
STOPPER LA REMONTÉE	PLONGÉE SANS PALIER	Plongée avec palier : Dans les 5 min maximum.
Attendre le temps qui aurait été nécessaire pour atteindre normalement cette profondeur.	Pas de réimmersion. Maintenir en observation permanente pendant 1h auprès d'une autorité qualifiée.	Redescendre au 1er palier obligatoire (le plus profond). Paliers à 12 m ou + : refaire la durée du palier Paliers à 9, 6 & 3 m : la durée X 1,5
MEME PROCEDURE POUR LES INTERRUPTIONS DE PALIER		

EFFORT ET FROID
Entré dans la table en prenant le temps supérieur.
MER HOULEUSE
Exécuter le palier de 3m à 6m en doublant le temps de 3m Successive permise en prenant l'indice supérieur.

COLIQUES
Redescendre jusqu'à 6m maximum
DELAIS AVION
Plongée unitaire sans palier = 12h Plongée unitaire avec palier ou successive = 24h

**MAXIMUM 2 PLONGÉES
PAR JOUR**

**UN JOUR DE REPOS APRES 5 JOURS
DE PLONGÉE INTENSIVES**

PLONGEES SUCESSIVES

INTERVALLES ENTRE LES PLONGEE (de h:min. à H:min.)

A															00:10	12:00
B															00:10	03:21
C														00:10	01:40	04:50
D														00:10	01:10	02:39
E														00:10	00:55	01:58
F														00:10	00:46	01:30
G														00:10	00:41	01:16
H														00:10	00:37	01:07
I														00:10	00:33	00:59
J														00:10	00:32	00:55
K														00:10	00:29	00:50
L														00:10	00:27	00:46
M														00:10	00:26	00:43
N														00:10	00:25	00:40
Prof.	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
(m)	N	M	L	K	J	I	H	G	F	E	D	C	B	A		
3															279	159
6															88	62
9	469	349	279	229	190	159	132	109	88	70	54	39	25	12	39	18
12	213	187	161	138	119	101	87	73	61	49	37	25	17	7	25	12
15	142	124	111	99	87	76	66	56	47	38	29	21	13	6	17	7
18	107	97	88	79	70	61	52	44	36	30	24	17	11	5	11	5
21	87	80	72	64	57	50	43	37	31	26	20	15	9	4	9	4
24	73	68	61	54	48	43	38	32	28	23	18	13	8	4	8	4
27	34	58	53	47	43	38	33	29	24	20	16	11	7	3	7	3
30	57	52	48	43	38	34	30	26	22	18	14	10	7	3	7	3
33	51	47	42	38	34	31	27	24	20	16	13	10	6	3	6	3
36	46	43	39	35	32	28	25	21	18	15	12	9	6	3	6	3
39	40	38	35	31	28	25	22	1	16	13	11	8	6	3	6	3
42	38	35	32	29	26	23	20	18	15	12	10	7	5	2	5	2
45	35	32	30	27	24	22	19	17	14	12	9	7	5	2	5	2
48	33	31	28	26	23	20	18	16	13	11	9	6	4	2	4	2
51	31	29	26	24	22	19	17	15	12	10	8	6	4	2	4	2
54	29	27	25	22	20	18	16	14	11	10	8	6	4	2	4	2
57	28	26	24	21	19	17	15	13	10	10	8	6	4	2	4	2
PENALISATIONS EN MINUTES																

TABLES DE PLONGEE LIFRAS 1994 D'Après l'U.S. Navy 1993