

B.N.S.S.A.

Brevet National de Sécurité et de Sauvetage Aquatique



Pour les
+ de 17 ans.



Inscription*
le 5 août 2024.

*À partir de 10 h, possible par téléphone.

L'Espace Aqualudique propose la formation natatoire du B.N.S.S.A. en partenariat avec l'association V.S.C. (Vendée Sauvetage Côtier) pour la formation secourisme et réglementation.

Il est impératif d'avoir 17 ans avant le 1^{er} juin 2025, avoir un bon niveau de natation et être motivé.

Planning

Lundi 19 h 30 - 20 h 15
Séances spécifiques obligatoires

Samedi 12 h - 13 h 45
Séances natation et test

Accès gratuit à la piscine pendant les ouvertures publiques avec mise à disposition de fiches d'entraînements spécifiques.

Calendrier

Réunion d'information et test obligatoire :

9 septembre 2024 à 19 h 30

Formation secourisme :

2 week-ends complets + un dimanche (date à définir)

Recyclage PSE1 : date à définir

Réglementation : date à définir

Session B.N.S.S.A. : mars, avril, mai et juin 2025

Les dates indiquées seront validées lors de la réunion d'information.

Tarifs

Coût de la formation 485 €

(Natation par l'Espace Aqualudique 285 € / Secourisme et réglementation par l'association Vendée Sauvetage Côtier 200 €)



B.N.S.S.A.

Brevet National de Sécurité et de Sauvetage Aquatique



Parcours

DE SAUVETAGE DE 100 M :

Parcours de sauvetage aquatique en continu de 100 mètres comprenant :

- un départ plongé du bord du bassin suivi de 25 mètres nage libre,
- deux parcours de 25 mètres, comprenant chacun 15 mètres en immersion complète, une plongée dite en canard, suivie de la recherche d'un mannequin qui repose entre 1,80 mètre et 3,70 mètres de profondeur, avec remorquage sur 25 mètres.

Pour être jugé apte, le candidat doit réaliser l'épreuve en moins de 2 minutes et 40 secondes.

DE SAUVETAGE DE 250 M :

Parcours de sauvetage avec palmes, masque et tubas, en continu de 250 mètres. Le candidat s'équipe dans ou hors de l'eau, il parcourt 200 mètres en palmes, masque et tuba. Il doit effectuer un plongeon canard pour rechercher un mannequin à une profondeur entre 1,80 mètre et 3,70 mètres puis il le remorque sur le reste de la distance du parcours. Pour être jugé apte, le candidat doit réaliser l'épreuve en moins de 4 minutes et 20 secondes.

Recyclage B.N.S.S.A.

Parcours de sauvetage aquatique en continu de 100 mètres.

Prérequis : avoir son B.N.S.S.A. ou sa révision depuis au moins 5 ans.

Tarifs

Coût de la formation 280 €
(Natation par l'Espace Aqualudique 210 € / Secourisme et réglementation par l'association Vendée Sauvetage Côtier 70 €)

Association Vendée Sauvetage Côtier
2 chemin du Pré Pichet - 85360 La Tranche-sur-Mer
www.vendeesaudevtagecotier.fr

