Thème du jour	
Objectif final	Connait/peut nommer et expliquer les diffèrent éléments d'un gilet
Position dans la formation	Debut
Prérequis	N/A différente taille de gilet forme types/attaches différence avec la combi
Critères d'évaluation	Citer les éléments (purges, inflateur, sangles) justifier l'usage (stabilisation, surface, aisance...)
Organisation (site, timing, matériel pédagogique, sécu…)	Bord du bassin Gilet / bouteille / détendeur pour le flexible du direct system 5 minutes tablette stylo dessin de poumon balaste
Objectif de séance	Connait/peut nommer et expliquer les diffèrent éléments d'un gilet et l'usage de ce dernier ainsi que choisir la bonne stab pourquoi et quand
Justification	gestion de la stabilisation dans l'eau + rester en surface sans se fatiguer)
Description des exercices	gonfler via l'inflateur purger via l'inflateur vres ke haut vers le bas utilisation des purges rapide présentation des sangles
Points clés à donner aux élèves	inflateur
Consignes de sécurité	N/A
Communication spécifique	N/A
Prochaine séance	Mise à l'eau
Fautes classiques et correctifs associés	pression sur l'inflateur

Thème du jour		
Objectif final		
Position dans la formation		
Prérequis		
Critères d'évaluation		
Organisation (site, timing, matériel pédagogique, sécu…)		
Objectif de séance		
Justification		
Description des exercices		
Points clés à donner aux élèves		
Consignes de sécurité		
Communication spécifique		
Prochaine séance		
Fautes classiques et correctifs associés		