

VITESSE DE REMONTEE: 10 METRES/ MINUTE

t (min)	s	t (min)	Pal. 3m	s	t (min)	Paliers 6m 3m	s	t (min)	Paliers 9m 6m 3m	s	t (min)	Paliers 12m 9m 6m 3m
3	A	15	C	10	10	5	5	5	5	5	5	5
6	B	20	D	15	15	10	10	10	10	10	10	10
9	C	25	E	20	20	15	15	15	15	15	15	15
12	D	30	F	25	25	20	20	20	20	20	20	20
15	E	35	G	30	30	25	25	25	25	25	25	25
18	F	40	H	35	35	30	30	30	30	30	30	30
21	G	45	I	40	40	35	35	35	35	35	35	35
24	H	50	J	45	45	40	40	40	40	40	40	40
27	I	55	K	50	50	45	45	45	45	45	45	45
30	J	60	L	55	55	50	50	50	50	50	50	50
33	K	65	M	60	60	55	55	55	55	55	55	55
36	L	70		65	65	60	60	60	60	60	60	60
39	M	75		70	70	65	65	65	65	65	65	65
42		80		75	75	70	70	70	70	70	70	70
45		85		80	80	75	75	75	75	75	75	75
48		90		85	85	80	80	80	80	80	80	80
51		95		90	90	85	85	85	85	85	85	85
54		100		95	95	90	90	90	90	90	90	90
57				100	100	95	95	95	95	95	95	95

PLONGEES SUCCESIVES

INTERVALLES ENTRE LES PLONGEES (de h:min. à h:min.)														
A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	Prof (m)
														0:10
														12:00
														0:10 3:21
														3:20 12:00
														0:10 1:40 4:50
														1:39 4:49 12:00
														0:10 1:10 2:39 5:49
														1:09 2:38 5:48 12:00
														0:10 0:55 1:58 3:25 6:35
														0:54 1:57 3:24 6:34 12:00
														0:10 0:46 1:30 2:29 3:58 7:06
														0:45 1:29 2:28 3:57 7:05 12:00
														0:10 0:41 1:16 2:00 2:59 4:26 7:36
														0:40 1:15 1:59 2:58 4:25 7:35 12:00
														0:10 3:37 1:07 1:42 2:24 3:21 4:50 8:00
														0:36 1:06 1:41 2:23 3:20 4:49 7:59 12:00
														0:10 0:34 1:00 1:30 2:03 2:45 3:44 5:13 8:22
														0:33 0:59 1:29 2:02 2:44 3:43 4:12 8:21 12:00
														0:10 0:32 0:55 1:20 1:48 2:21 3:05 4:03 5:41 8:51
														0:31 0:54 1:19 1:47 2:20 3:04 4:02 5:40 8:50 12:00
														0:10 0:29 0:50 1:12 1:36 2:04 2:39 3:22 4:20 5:49 8:59
														0:28 0:49 1:11 1:35 2:03 2:38 3:21 4:19 5:48 8:58 12:00
														0:10 0:27 0:46 1:05 1:26 1:50 2:20 2:54 3:37 4:36 6:03 9:13
														0:26 0:45 1:04 1:25 1:49 2:19 2:53 3:36 4:35 6:02 9:12 12:00
														0:10 0:26 0:43 1:00 1:19 1:40 2:06 2:35 3:09 3:53 4:50 6:19 9:29
														0:25 0:42 0:59 1:18 1:39 2:05 2:24 3:08 3:52 4:49 6:18 9:28 12:00
														0:10 0:25 0:40 0:55 1:12 1:31 1:54 2:19 2:48 3:23 4:05 5:04 6:33 9:44
														0:24 0:39 0:54 1:11 1:30 1:53 2:18 2:47 3:22 4:04 5:03 6:32 9:43 12:00
														Prof
														(m)
														N
														M
														L
														K
														J
														I
														H
														G
														F
														E
														D
														C
														B
														A
														3
														6
														9
														12
														15
														18
														21
														24
														27
														30
														33
														36
														39
														42
														45
														48
														51
														54
														57

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

EFFORT ET FROID
Entrer 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

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

UN JOUR DE REPOS APRES 5 JOURS DE PLONGEES INTENSIVES