



Décompression : Tables 3* 2010

Tables Lifras 94



Déco part.3 : Tables

- Présentation des tables et Définitions
- Plongée Unitaire
- Plongées 2 et... :
 - Consécutive
 - Successive
 - Répétitives
- Règle d'exceptions
- Exercices
- A suivre...



Présentation Tables

- Présentation
- Définitions
- Unitaire
- Plongée 2 et ...
- Exceptions
- Exercices
- A suivre...

Temps table

Profondeur des paliers

Profondeur

Durée des paliers

Coéfficient de sursaturation

VITESSE DE REMONTÉE : 10 MÈTRES/MINUTE

t (min)	S	t (min)	Pal. 3 m	Paliers 6 m 3 m	S	t (min)	Paliers 9 m 6 m 3 m	S	t (min)	Paliers 12 m 9 m 6 m 3 m	S
30	A	15	C	10	C	5	C	5	5	5	1
40	B	20	D	15	D	10	D	10	10	10	1
50	C	25	E	20	E	15	E	15	15	15	1
60	D	30	F	25	F	20	F	20	20	20	1
70	E	35	G	30	G	25	G	25	25	25	1
80	F	40	H	35	H	30	H	30	30	30	1
90	G	45	I	40	I	35	I	35	35	35	1
100	H	50	J	45	J	40	J	40	40	40	1
110	I	55	K	50	K	45	K	45	45	45	1
120	J	60	L	55	L	50	L	50	50	50	1
130	K	65		60		55		55	55	55	1
140	L	70		65		60		60	60	60	1
150		75		70		65		65	65	65	1
160		80		75		70		70	70	70	1
170		85		80		75		75	75	75	1
180		90		85		80		80	80	80	1
190		95		90		85		85	85	85	1
200		100		95		90		90	90	90	1
210		105		100		95		95	95	95	1
220		110		105		100		100	100	100	1
230		115		110		105		105	105	105	1
240		120		115		110		110	110	110	1
250		125		120		115		115	115	115	1
260		130		125		120		120	120	120	1
270		135		130		125		125	125	125	1
280		140		135		130		130	130	130	1
290		145		140		135		135	135	135	1
300		150		145		140		140	140	140	1

DANGER REMONTÉE TROP RAPIDE DANGER
JUSQU'À LA SURFACE
STOPPER LA REMONTÉE : Attendre le temps qui aurait été nécessaire pour atteindre normalement cette profondeur.
PLONGÉE SANS PALIER : Pas de réimmersion. Maintenir en observation permanente pendant 1 h auprès d'une autorité qualifiée.
PLONGÉE AVEC PALIER : Dans les 5 minutes maximum, redescendre au 1^{er} palier obligatoire (le plus profond).
Paliers à 12 m et + : retaire la durée initiale.
Paliers à 9, 6 et 3 m : retaire la durée × 1,5.
MÊME PROCÉDURE POUR INTERRUPTION DE PALIER

EFFORT ET FROID
 Entrer dans la table en prenant le temps supérieur.
MER HOULEUSE
 Exécuter le palier de 3 m à 6 m en doublant le temps de 3 m. Successive permise en prenant l'indice supérieur.
COLIQUES
 Redescendre jusqu'à 6 m maximum.
DÉLAIS AVION
 Plongée unitaire sans palier = 12 heures.
 Plongée unitaire avec palier ou successive = 24 heures.

1 JOUR DE REPOS APRÈS 5 JOURS DE PLONGÉES INTENSIVES



Présentation Tables

- Présentation
- Définitions
- Unitaire
- Plongée 2 et ...
- Exceptions
- Exercices
- A suivre...

Indice sortie P1

Indice mise à l'eau P2

Profondeur table P2

Intervalle de temps entre sortie P1 et mise à l'eau P2

Pénalité en minute à ajouter au temps de plongée de P2

PLONGÉES SUCCESSIVES														
INTERVALLES ENTRE LES PLONGÉES (de h : min. à h : min.)														
A												0:10 12:00		
B												0:10 3:21 12:00		
C										0:10 1:40 4:50		1:39 4:49 12:00		
D										0:10 1:10 2:39 5:49		1:09 2:38 5:48 12:00		
E										0:10 0:54 1:58 3:25 6:35		0:54 1:57 3:24 6:34 12:00		
F										0:10 0:45 1:30 2:29 3:58 7:06		0:45 1:29 2:28 3:57 7:05 12:00		
G										0:10 0:40 1:15 1:59 2:58 4:25 7:35		0:40 1:15 1:59 2:58 4:25 7:35 12:00		
H										0:10 0:36 1:06 1:41 2:23 3:20 4:49 7:59		0:36 1:06 1:41 2:23 3:20 4:49 7:59 12:00		
I										0:10 0:33 0:59 1:29 2:02 2:44 3:43 5:12 8:21		0:10 0:34 1:00 1:30 2:03 2:45 3:44 5:13 8:22		
J										0:10 0:31 0:54 1:19 1:47 2:20 3:04 4:02 5:40 8:50		0:31 0:54 1:19 1:47 2:20 3:04 4:02 5:40 8:50 12:00		
K										0:10 0:28 0:49 1:11 1:35 2:03 2:38 3:21 4:19 5:48 8:58		0:10 0:29 0:50 1:12 1:36 2:04 2:39 3:22 4:20 5:49 8:59		
L										0:10 0:26 0:45 1:04 1:25 1:49 2:19 2:53 3:36 4:35 6:02 9:12		0:10 0:27 0:46 1:05 1:26 1:50 2:20 2:54 3:37 4:36 6:03 9:13		
M										0:10 0:25 0:42 0:59 1:18 1:39 2:05 2:34 3:08 3:52 4:49 6:18 9:28		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		
N										0:10 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		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		
Profondeur														
	N	M	L	K	J	I	H	G	F	E	D	C	B	A
6														
9	39	349	279	229	190	159	132	109	88	70	54	39	25	12
12	13	187	161	138	116	101	87	73	61	49	37	25	17	7
15	42	124	111	99	87	76	66	56	47	38	29	21	13	6
18	07	97	88	79	70	61	52	44	36	30	24	17	11	5
21	37	80	72	64	57	50	43	37	31	26	20	15	9	4
24	73	68	61	54	48	43	38	32	28	23	18	13	8	4
27	54	58	53	47	43	38	33	29	24	20	16	11	7	3
30	57	52	48	43	38	34	30	26	22	18	14	10	7	3
33	51	47	42	38	34	31	27	24	20	16	13	10	6	3
36	46	43	39	35	32	28	25	21	18	15	12	9	6	3
39	40	38	35	31	28	25	22	19	16	13	11	8	6	3
42	38	35	32	29	26	23	20	18	15	12	10	7	5	2
45	35	32	30	27	24	22	19	17	14	12	9	7	5	2
48	33	31	28	26	23	20	18	16	13	11	9	6	4	2
51	31	29	26	24	22	19	17	15	12	10	8	6	4	2
54	29	27	25	22	20	18	16	14	11	10	8	6	4	2
57	28	26	24	21	19	17	15	13	10	10	8	6	4	2
PENALISATIONS EN MINUTES														
TABLES DE PLONGÉE LIFRAS© 1994 d'après l'U.S. Navy 1993														



Définitions

- Présentation
- Définitions
- Unitaire
- Plongée 2 et ...
- Exceptions
- Exercices
- A suivre...

- Heure de départ : moment de l'immersion.
- Heure de sortie : moment où le plongeur fait surface.
- Temps de plongée : durée entre l'heure de départ et le moment où l'on décide de remonter à 10m/min.
- Temps d'entrée dans les tables : temps de plongée dans le cas d'une plongée unitaire.
- Temps de remontée : temps nécessaire pour remonter à la surface + temps des paliers.
- Durée totale : temps écoulé entre l'heure de départ et l'heure de sortie.
- Profondeur d'entrée dans les tables : c'est la plus grande profondeur atteinte dans la plongée.



Règles d'utilisations

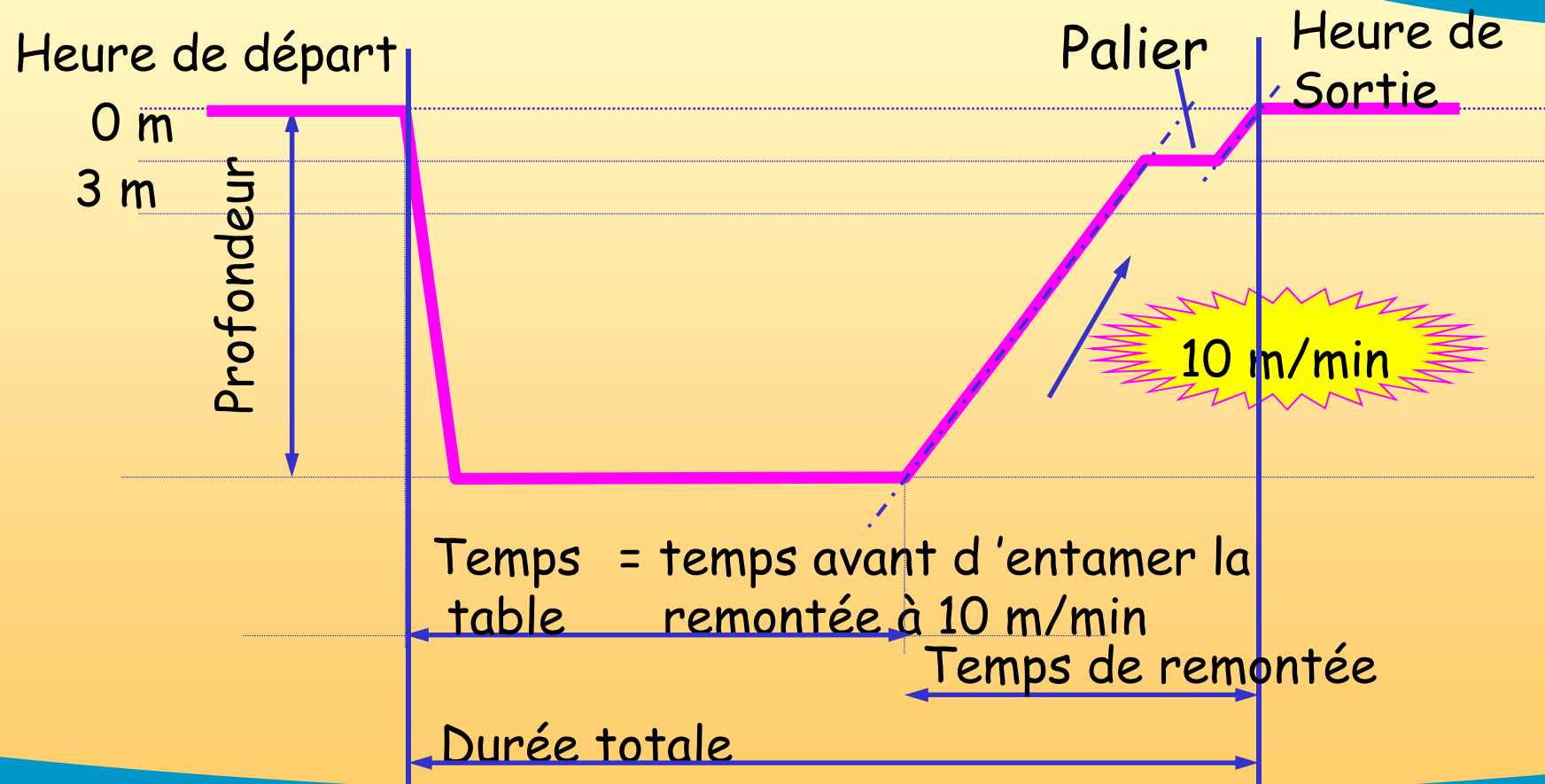
- Présentation
- Définitions
- Unitaire
- Plongée 2 et ...
- Exceptions
- Exercices
- A suivre...

- Vitesse de remontée : 10 m / min
- Temps d'entrée dans les tables : si le temps de plongée n'est pas repris dans la table, on prend le temps directement supérieur
- Profondeur d'entrée dans les tables : si la plus grande profondeur atteinte dans la plongée ne se trouve pas dans la table, on prend la profondeur directement supérieure
- A côté des valeurs de paliers, on trouve l'indice de sursaturation. Celui-ci est un indicateur de la quantité d'azote résiduel. Il nous servira pour le calcul des plongées successives.



Paramètres de plongée (plongée unitaire)

- Présentation
- Définitions
- Unitaire
- Plongée 2 et ...
- Exceptions
- Exercices
- A suivre...

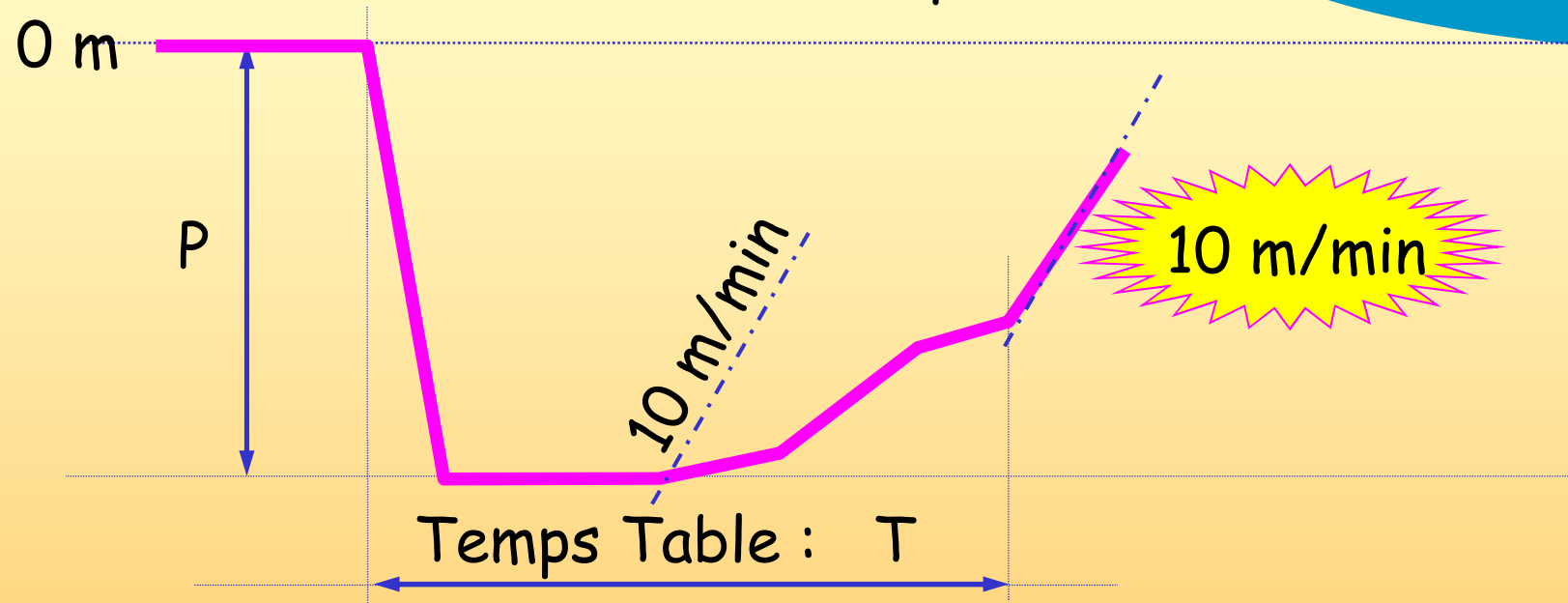




Remontée lente

- Présentation
- Définitions
- Unitaire
- Plongée 2 et ...
- Exceptions
- Exercices
- A suivre...

Définition du "Temps Table"



T = avant d'entamer la remontée à 10m/min

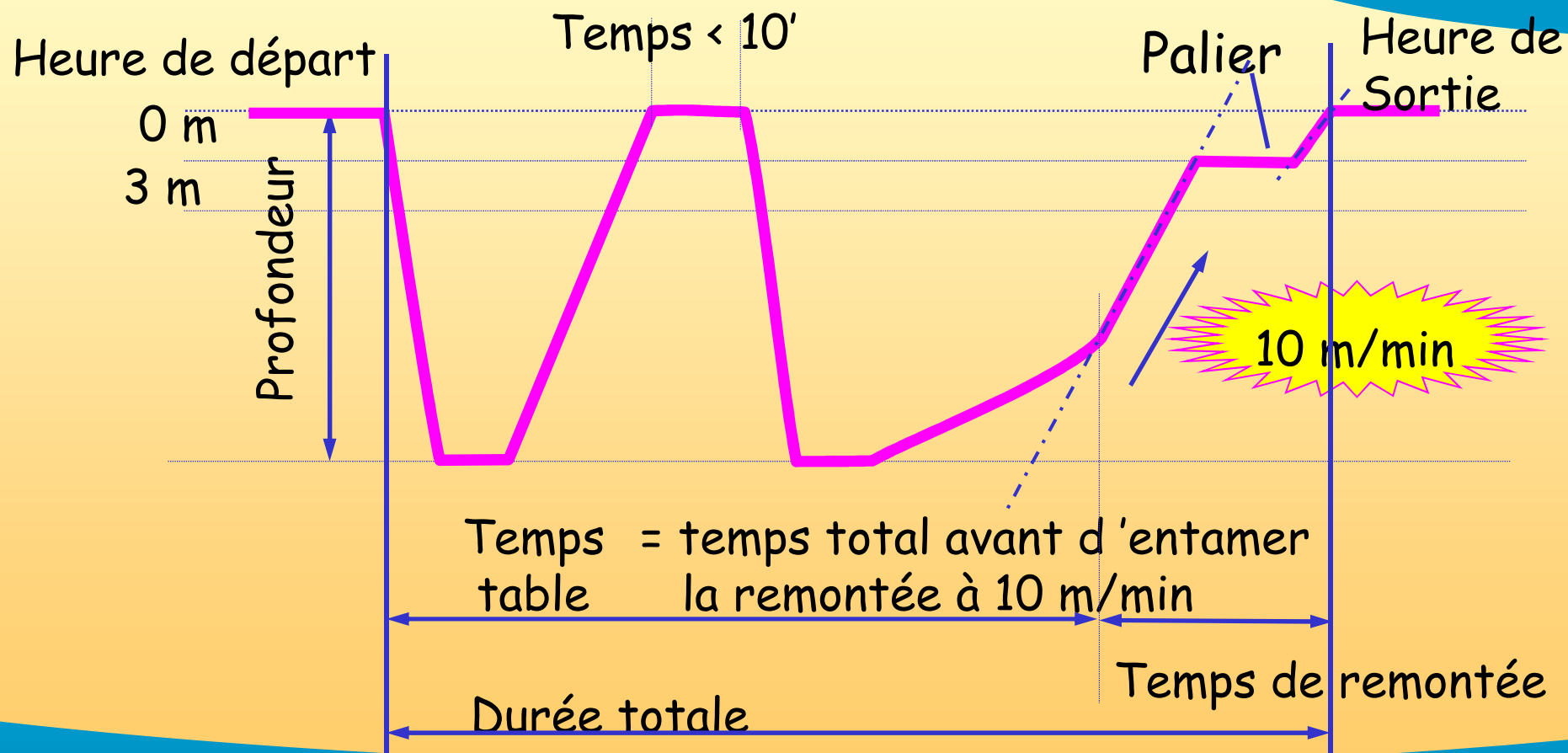
(note : si vous remontez trop lentement jusqu'au 1^{er} palier :

T = temps écoulé jusqu'à l'arrivée au 1^{er} palier et cfr Revod)



Paramètres de plongée (plongée consécutive)

- Présentation
- Définitions
- Unitaire
- Plongée 2 et ...
- Exceptions
- Exercices
- A suivre...





Plongée successive

- Présentation
- Définitions
- Unitaire
- Plongée 2 et ...
- Exceptions
- Exercices
- A suivre...

- Plongée successive = plongée qui suit une plongée unitaire après au moins 10' et au max 12h
- Façon de calculer : idem unitaire sauf :
 - On ajoute la pénalité au temps de plongée.
 - Pour le calcul si la profondeur de P2 n'est pas reprise dans le tableau : on prend la profondeur table c-à-d la profondeur directement supérieure.



Plongées répétitives

- Présentation
- Définitions
- Unitaire
- Plongée 2 et ...
- Exceptions
- Exercices
- A suivre...

Plongées répétitives : si + de 2 plongées par 24h

- Courbe no-deco
- Palier de sécurité obligatoire
- Intervalle minimum : 2h
- Hydratation + confort thermique
- Si d'incident => délai de 24h
- Pas d'exercice
- Délai avion : 24h
- Recommandations : vitesse remontée, profil, 2 x max par 5 jours



Exceptions

- Présentation
- Définitions
- Unitaire
- Plongée 2 et ...
- **Exceptions**
- Exercices
- A suivre...

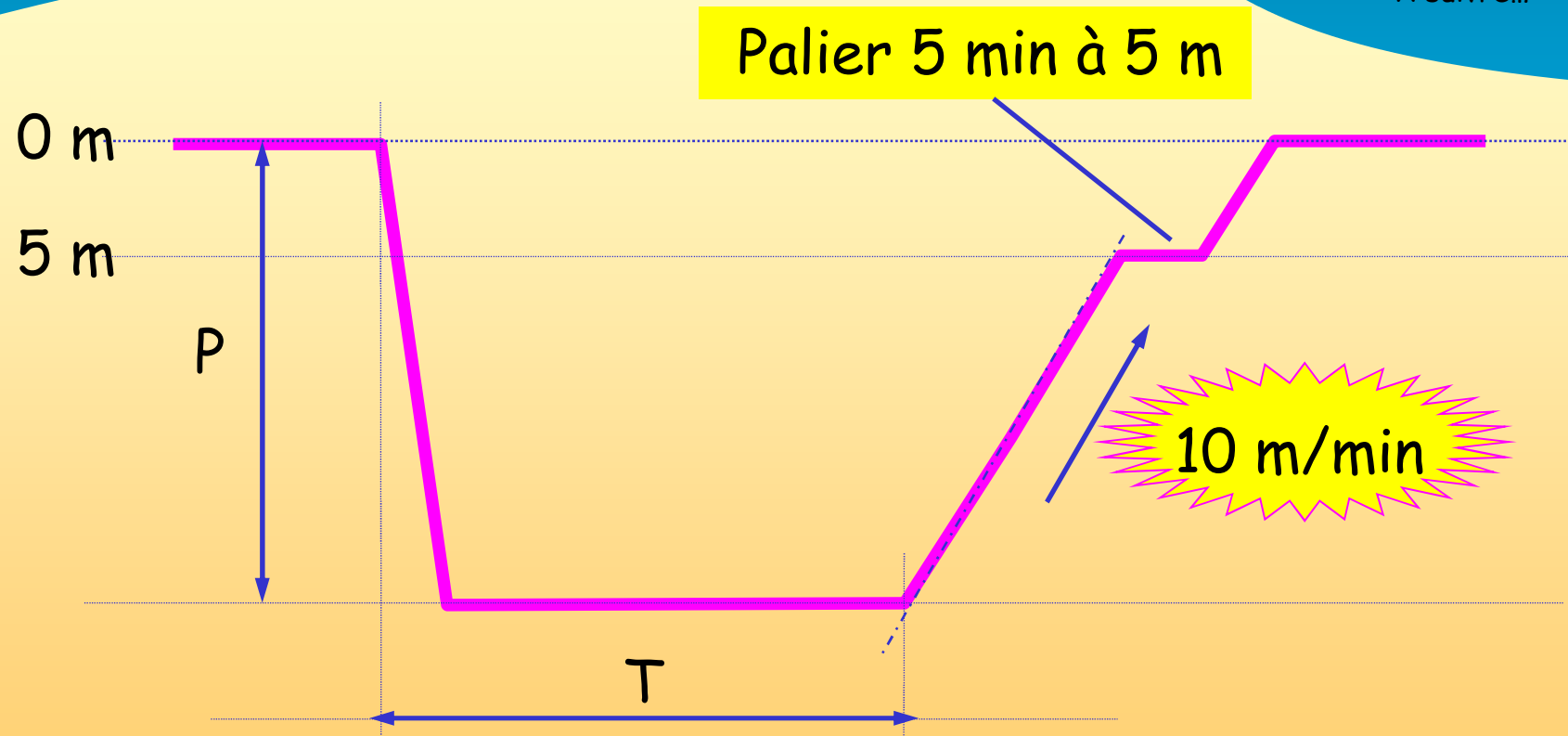
On ne se met pas volontairement en exception !!!

DANGER		REMONTÉE TROP RAPIDE	DANGER
AVANT SURFACE		JUSQU'À LA SURFACE	
STOPPER LA REMONTÉE Attendre le temps qui aurait été nécessaire pour atteindre normalement cette profondeur.	PLONGÉE SANS PALIER : Pas de réimmersion. Maintenir en observation permanente pendant 1 h auprès d'une autorité qualifiée.	PLONGÉE AVEC PALIER : Dans les 5 minutes maximum, redescendre au 1 ^{er} palier obligatoire (le plus profond). Paliers à 12 m et + : refaire la durée initiale. Paliers à 9, 6 et 3 m : refaire la durée $\times 1,5$.	
MÊME PROCÉDURE POUR INTERRUPTION DE PALIER			
EFFORT ET FROID Entrer dans la table en prenant le temps supérieur.		COLIQUES Redescendre jusqu'à 6 m maximum.	
MER HOULEUSE Exécuter le palier de 3 m à 6 m en doublant le temps de 3 m. Successive permise en prenant l'indice supérieur.		DÉLAIS AVION Plongée unitaire sans palier = 12 heures. Plongée unitaire avec palier ou successive = 24 heures.	
1 JOUR DE REPOS APRÈS 5 JOURS DE PLONGÉES INTENSIVES			



Plongée sans palier : le palier de sécurité

- Présentation
- Définitions
- Unitaire
- Plongée 2 et ...
- Exceptions
- Exercices
- A suivre...

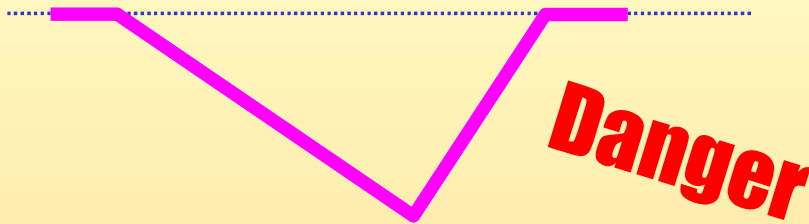


Buts : sécurité et "défatigation"



Profils de plongée

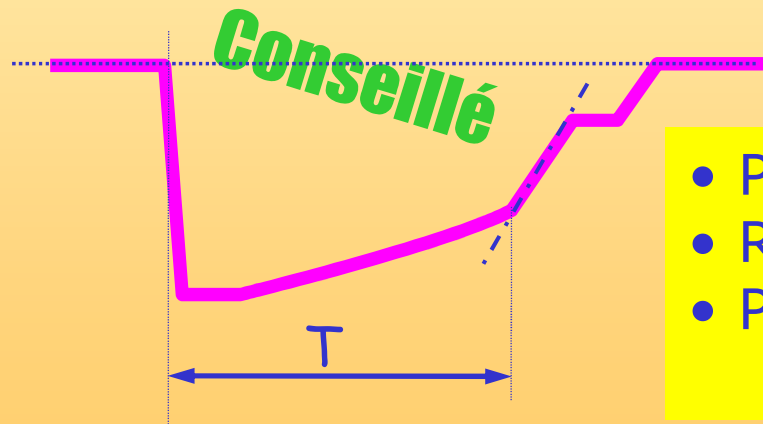
- Présentation
- Définitions
- Unitaire
- Plongée 2 et ...
- Exceptions
- Exercices
- A suivre...



Profondeur max. à la fin



Plongée yo-yo



- Profondeur max. en début
- Remontée régulière
- Palier de sécurité si les conditions le permettent



Exercice 1

- Présentation
- Définitions
- Unitaire
- Plongée 2 et ...
- Exceptions
- Exercices
- A suivre...

Plongée à la Gombe à -29m. Mise à l'eau à 11h30.
Après 32' la palanquée est encore à -29m et décide de remonter à 10m/min.
Calculez les paliers, l'heure de sortie et l'indice.

Profondeur	29m, on prend 30m
Temps	32', on prend 40'
Remontée	29m à 10m/min = 3'
Paliers	15' à 3m
Durée totale	32' + 3' + 15' = 50'
Heure de sortie	11h30 + 50' = 12h20
Indice	K



Exercice 2

- Présentation
- Définitions
- Unitaire
- Plongée 2 et ...
- Exceptions
- Exercices
- A suivre...

Plongée sur épave à -47m.
Départ à 10h. A 10h14 la palanquée décide de remonter à 10m/min.
Calculez les paliers, l'heure de sortie et l'indice.

Profondeur	47m, on prend 48m
Temps	14', on prend 15'
Remontée	48m à 10m/min = 5'
Paliers	1' à 6m, 4' à 3m
Durée totale	14' + 5' + 1' + 4' = 24'
Heure de sortie	10h00 + 24' = 10h24
Indice	H



Exercice 3

- Présentation
- Définitions
- Unitaire
- Plongée 2 et ...
- Exceptions
- Exercices
- A suivre...

Plongée en Zélande à -40m.

Départ du bord à 10h.

A 10h10 la palanquée est à -40m,

à 10h23 la palanquée est à -6m.

Calculez les paliers, l'heure de sortie et l'indice.

Profondeur	40m, on prend 42m
Temps	23', on prend 25'
Remontée	6m à 10m/min = 1'
Paliers	2' à 6m, 14' à 3m
Durée totale	$23' + 1' + 2' + 14' = 40'$
Heure de sortie	$10h00 + 40' = 10h40$
Indice	J



- Présentation
- Définitions
- Unitaire
- Plongée 2 et ...
- Exceptions
- Exercices
- A suivre...

A SUIVRE ...