

Descriptif général de sortie

Pour cette sortie « relax » de ce 28 novembre, nous avons choisi Nemo 33.

Il s'agit d'une piscine avec une fosse de 34m.

Pour cette sortie nous mettrons l'accent sur la convivialité et nous nous réchaufferons au porte de notre hiver belge...

Coordonnées et plan d'accès

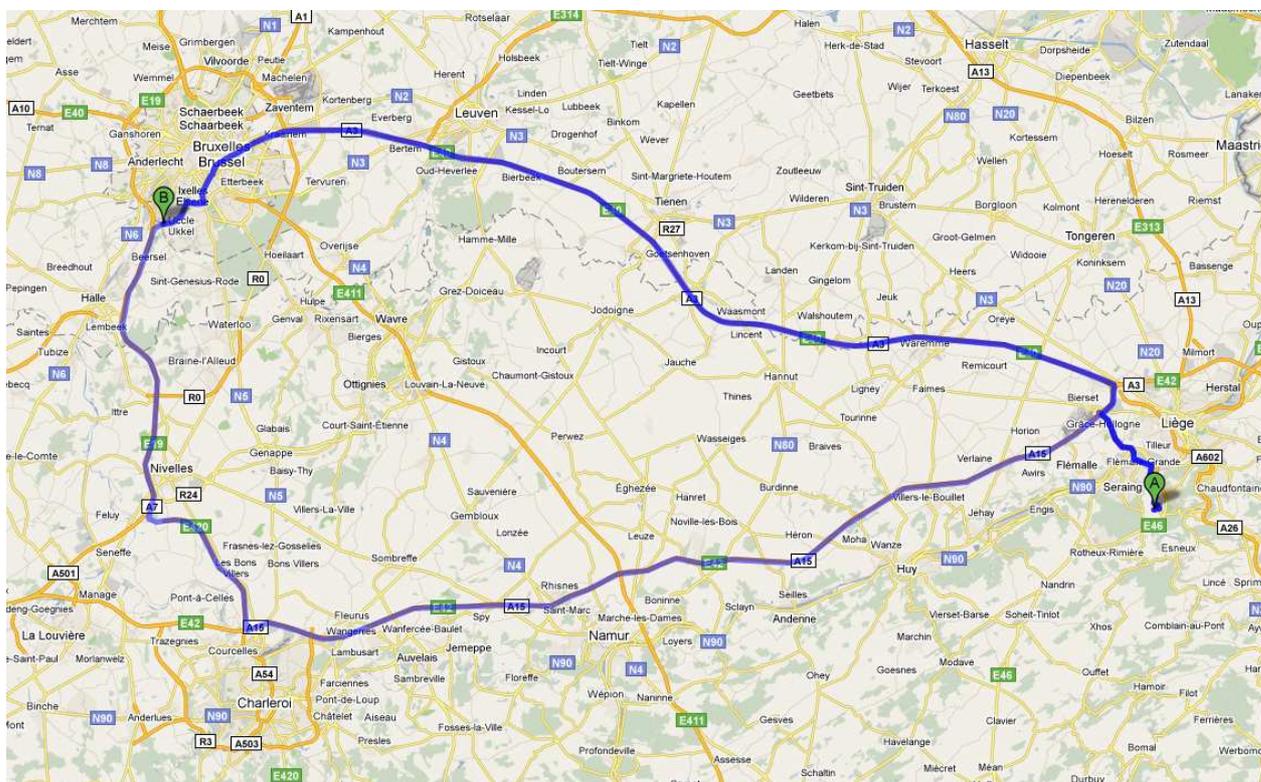
NEMO 33 - Plongée
Rue de Stalle 333 (Rond-point des Menhirs)
1180 Uccle (Bruxelles) - Belgique

GPS : 4°19'02' Est - 50°47'46' Nord

Téléphone : +32-2-332.33.34

eMail : dive@nemo33.com

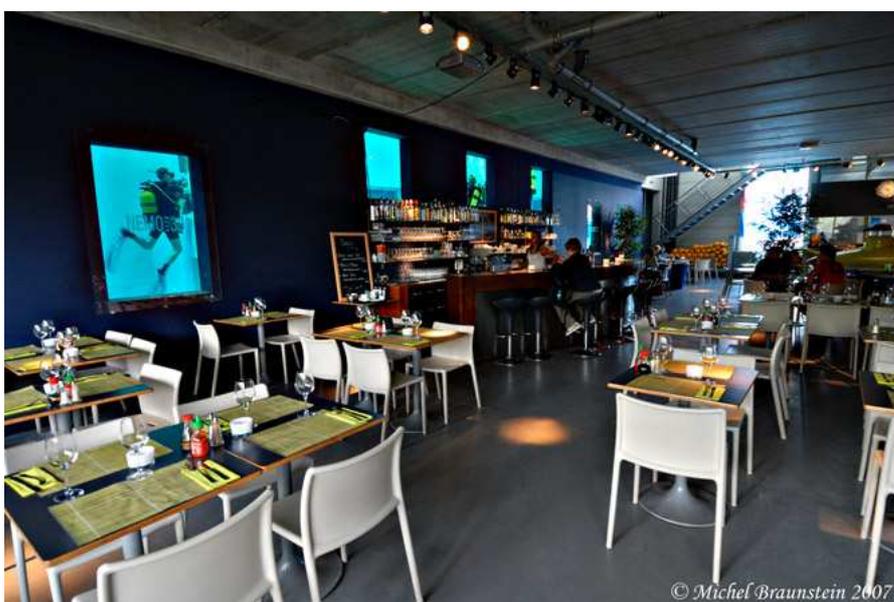
URL : <http://www.nemo33.com/>



Nemo 33



Photos du site



© Michel Braunstein 2007

Nemo 33



Organisation sur le site

Inscription

A l'arrivée (à 17h), il faut s'inscrire (et payer !) au guichet. Le coût par plongeur est de 22 euros.

Attention : carte CMAS et carte d'identité nécessaires. N'oubliez pas votre carnet !

Matériel

Tout le matériel est fourni par Nemo 33. Je vous conseille de prendre néanmoins :

- Ordinateur(s) : obligatoire
- Backup déco
- Masque
- Palmes de piscine

Les appareils photo sont autorisés (mais pas le flash externe).

Tout le reste (gilet, combinaison, chaussons, gilet, etc...) est à proscrire.

Règlement intérieur

Pour la bonne organisation de la sortie, veuillez consulter le ROI de Ném33 ici :

<http://www.nemo33.com/fr/plongee/briefing-plongeurce-que-tous-nos-visiteurs-doivent-connaître>

Planning

- 15h30 Départ
- 17h00 Arrivé à Nemo33 et inscription
- 17h15 Briefing général
- 17h30 Briefing des chefs de palanquée
- 17h45 Equipement
- 18h00 Plongée
- 19h00 Sortie de l'eau
- 19h30 Débriefing général
- 20h00 Repas

Repas – Menu

Nous mangerons au restaurant de Nemo 33. C'est une cuisine asiatique. Voici la carte :

Petites Soupes

Soupe nid d'hirondelle : 6,00€

Soupe Wan Tan : 7,00€

Potage Pékinois : 7,00€

Entrées

Satay Kaï : 7,00€

Loempia végétariens : 7,00€

Home made "Nem" : 6,50€

Rouleaux de printemps frais : 7,00€

Raviolis de scampis frit : 7,50€

Assortiment de délices croustillants : 9,50€

Assortiment de Dim Sum : 8,50€

Grand assortiment d'entrées : 11,50€ (Par Personne, Minimum 2 personnes)

Volaille

Poulet à la citronnelle : 11,50€

Poulet aigre-doux sauté à l'ananas frais : 13,50€

Poulet au curry à l'orientale : 11,50€

Poulet au curry rouge et bambou : 11,50€

Poulet au lait de coco et citronnelle : 11,50€

Poulet au curry vert : 11,50€

Poulet sauté aux légumes : 11,50€

Canard laqué : 15,50€

Canard laqué aux légumes : 15,50€

Canard laqué au curry rouge et à l'ananas frais : 15,50€

Bœuf

Boeuf au curry à l'orientale : 11,50€

Boeuf sauté aux légumes : 11,50€

Boeuf au curry rouge et bambou : 11,50€

Boeuf au curry vert : 11,50€

Scampis

Scampis au lait de coco et citronnelle : 13,50€

Scampis aigre-doux sauté à l'ananas frais : 15,50€

Scampis au curry à l'orientale : 13,50€

Scampis au curry rouge et bambou : 13,50€

Scampis au curry vert : 13,50€

Scampis sauté aux légumes : 13,50€

Riz & végétarien

- Riz sauté au porc laqué : 11,00€
- Riz sauté au poulet : 11,00€
- Riz sauté aux scampis : 13,50€
- Légumes sauté au wok : 12,00€
- Légumes au curry rouge : 12,00€
- Soupe Kiow Nâm aux légumes : 11,50€

Nouilles

- Nouilles sautées aux scampis : 13,50€
- Nouilles sautées au poulet : 11,50€
- Nouilles sautées au porc laqué : 11,50€
- Nouilles sautées aux trois délices : 12,50€
- Nouilles sautées aux légumes : 12,00€

Soupes

- Soupe Kiow Nâm (nouilles,scampis,poulet,porc laqué) : 12,50€
- Soupe Kiow Nâm au poulet : 11,50€
- Soupe Kiow Nâm au porc laqué : 11,50€
- Soupe Kiow Nâm au scampis : 13,50€

Les petits plus

- Supplément de riz parfumé : 2,50€
- Supplément de nouilles : 2,50€
- Nan : 2,75€
- Supplément de curry : 4,00€

Desserts

- Dame Blanche : 6,00€
- Just chocolate : 7,00€
- Verrine de fruits frais de saison : 6,50€
- Trio de sorbet : 6,00€
- Made in Belgium : 6,50€
- Tarte Tatin & sa glace vanille : 6,50€
- Café glacé & son expresso : 6,00€

Liste des participants

Organisateur

DORYS Marc
MF 1046
+32 477 261018
marc@dorys.be

Encadrants

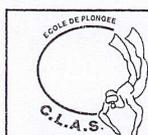
Nom	Brevet	GSM	eMail
DORYS Marc	MF	+32 477 261018	marc@dorys.be
Close Eric	MC		

Candidats

Nom	Brevet
HERENG Marie-Pierre	2*
BRICHET Loïc	2*
VERFAILLE Patty	2*
KAISIN Bernard	2*
VOLANTI Yannick	2*

Accompagnats

Nom	Brevet
CLOSE Janique	



C.L.A.S. A.S.B.L.

Centre Liégeois d'Activités Subaquatiques.

PLONGEE PROFONDE

LIEU Nemo 33

SECURITE Nemo 33

Double à remettre au responsable

ATTENTION !:

Palanquées à établir selon
les règles de la ligue !

DATE: 28/11/10 18h

Resp. & Club:
Dorys Marc - CLAS

Signature

FEUILLE DE PALANQUÉES

<p>*1</p> <table style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 30%; border-right: 1px solid black; padding: 2px;">Brevet</td> <td style="padding: 2px;">Départ</td> </tr> <tr> <td style="border-right: 1px solid black; padding: 2px;">2*</td> <td style="padding: 2px;">Profond.</td> </tr> <tr> <td style="border-right: 1px solid black; padding: 2px;">2*</td> <td style="padding: 2px;">Temps</td> </tr> <tr> <td style="border-right: 1px solid black; padding: 2px;">2*</td> <td style="padding: 2px;">H. sortie</td> </tr> <tr> <td style="border-right: 1px solid black; padding: 2px;"></td> <td style="padding: 2px;">Indice</td> </tr> <tr> <td style="border-right: 1px solid black; padding: 2px;">MF</td> <td style="padding: 2px;">Paliers 9m:</td> </tr> <tr> <td style="border-right: 1px solid black; padding: 2px;"></td> <td style="padding: 2px;">6m:</td> </tr> <tr> <td style="border-right: 1px solid black; padding: 2px;"></td> <td style="padding: 2px;">3m:</td> </tr> </table> <p>CP Brichet L.</p> <p>AC Kaisin B.</p> <p>AC Volanti Y.</p> <p>AC</p> <p>SF Dorys M.</p> <p>Exercices:</p>	Brevet	Départ	2*	Profond.	2*	Temps	2*	H. sortie		Indice	MF	Paliers 9m:		6m:		3m:	<p>*5</p> <table style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 30%; border-right: 1px solid black; padding: 2px;">Brevet</td> <td style="padding: 2px;">Départ</td> </tr> <tr> <td style="border-right: 1px solid black; padding: 2px;"></td> <td style="padding: 2px;">Profond.</td> </tr> <tr> <td style="border-right: 1px solid black; padding: 2px;"></td> <td style="padding: 2px;">Temps</td> </tr> <tr> <td style="border-right: 1px solid black; padding: 2px;"></td> <td style="padding: 2px;">H. sortie</td> </tr> <tr> <td style="border-right: 1px solid black; padding: 2px;"></td> <td style="padding: 2px;">Indice</td> </tr> <tr> <td style="border-right: 1px solid black; padding: 2px;"></td> <td style="padding: 2px;">Paliers 9m:</td> </tr> <tr> <td style="border-right: 1px solid black; padding: 2px;"></td> <td style="padding: 2px;">6m:</td> </tr> <tr> <td style="border-right: 1px solid black; padding: 2px;"></td> <td style="padding: 2px;">3m:</td> </tr> </table> <p>CP</p> <p>AC</p> <p>AC</p> <p>AC</p> <p>SF</p> <p>Exercices:</p>	Brevet	Départ		Profond.		Temps		H. sortie		Indice		Paliers 9m:		6m:		3m:
Brevet	Départ																																
2*	Profond.																																
2*	Temps																																
2*	H. sortie																																
	Indice																																
MF	Paliers 9m:																																
	6m:																																
	3m:																																
Brevet	Départ																																
	Profond.																																
	Temps																																
	H. sortie																																
	Indice																																
	Paliers 9m:																																
	6m:																																
	3m:																																
<p>*2</p> <table style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 30%; border-right: 1px solid black; padding: 2px;">Brevet</td> <td style="padding: 2px;">Départ</td> </tr> <tr> <td style="border-right: 1px solid black; padding: 2px;">2*</td> <td style="padding: 2px;">Profond.</td> </tr> <tr> <td style="border-right: 1px solid black; padding: 2px;">2*</td> <td style="padding: 2px;">Temps</td> </tr> <tr> <td style="border-right: 1px solid black; padding: 2px;"></td> <td style="padding: 2px;">H. sortie</td> </tr> <tr> <td style="border-right: 1px solid black; padding: 2px;"></td> <td style="padding: 2px;">Indice</td> </tr> <tr> <td style="border-right: 1px solid black; padding: 2px;">MC</td> <td style="padding: 2px;">Paliers 9m:</td> </tr> <tr> <td style="border-right: 1px solid black; padding: 2px;"></td> <td style="padding: 2px;">6m:</td> </tr> <tr> <td style="border-right: 1px solid black; padding: 2px;"></td> <td style="padding: 2px;">3m:</td> </tr> </table> <p>CP Verfaille P.</p> <p>AC Hereng MP</p> <p>AC</p> <p>AC</p> <p>SF Close E.</p> <p>Exercices:</p>	Brevet	Départ	2*	Profond.	2*	Temps		H. sortie		Indice	MC	Paliers 9m:		6m:		3m:	<p>*6</p> <table style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 30%; border-right: 1px solid black; padding: 2px;">Brevet</td> <td style="padding: 2px;">Départ</td> </tr> <tr> <td style="border-right: 1px solid black; padding: 2px;"></td> <td style="padding: 2px;">Profond.</td> </tr> <tr> <td style="border-right: 1px solid black; padding: 2px;"></td> <td style="padding: 2px;">Temps</td> </tr> <tr> <td style="border-right: 1px solid black; padding: 2px;"></td> <td style="padding: 2px;">H. sortie</td> </tr> <tr> <td style="border-right: 1px solid black; padding: 2px;"></td> <td style="padding: 2px;">Indice</td> </tr> <tr> <td style="border-right: 1px solid black; padding: 2px;"></td> <td style="padding: 2px;">Paliers 9m:</td> </tr> <tr> <td style="border-right: 1px solid black; padding: 2px;"></td> <td style="padding: 2px;">6m:</td> </tr> <tr> <td style="border-right: 1px solid black; padding: 2px;"></td> <td style="padding: 2px;">3m:</td> </tr> </table> <p>CP</p> <p>AC</p> <p>AC</p> <p>AC</p> <p>SF</p> <p>Exercices:</p>	Brevet	Départ		Profond.		Temps		H. sortie		Indice		Paliers 9m:		6m:		3m:
Brevet	Départ																																
2*	Profond.																																
2*	Temps																																
	H. sortie																																
	Indice																																
MC	Paliers 9m:																																
	6m:																																
	3m:																																
Brevet	Départ																																
	Profond.																																
	Temps																																
	H. sortie																																
	Indice																																
	Paliers 9m:																																
	6m:																																
	3m:																																
<p>*3</p> <table style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 30%; border-right: 1px solid black; padding: 2px;">Brevet</td> <td style="padding: 2px;">Départ</td> </tr> <tr> <td style="border-right: 1px solid black; padding: 2px;"></td> <td style="padding: 2px;">Profond.</td> </tr> <tr> <td style="border-right: 1px solid black; padding: 2px;"></td> <td style="padding: 2px;">Temps</td> </tr> <tr> <td style="border-right: 1px solid black; padding: 2px;"></td> <td style="padding: 2px;">H. sortie</td> </tr> <tr> <td style="border-right: 1px solid black; padding: 2px;"></td> <td style="padding: 2px;">Indice</td> </tr> <tr> <td style="border-right: 1px solid black; padding: 2px;"></td> <td style="padding: 2px;">Paliers 9m:</td> </tr> <tr> <td style="border-right: 1px solid black; padding: 2px;"></td> <td style="padding: 2px;">6m:</td> </tr> <tr> <td style="border-right: 1px solid black; padding: 2px;"></td> <td style="padding: 2px;">3m:</td> </tr> </table> <p>CP</p> <p>AC</p> <p>AC</p> <p>AC</p> <p>SF</p> <p>Exercices:</p>	Brevet	Départ		Profond.		Temps		H. sortie		Indice		Paliers 9m:		6m:		3m:	<p>*7</p> <table style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 30%; border-right: 1px solid black; padding: 2px;">Brevet</td> <td style="padding: 2px;">Départ</td> </tr> <tr> <td style="border-right: 1px solid black; padding: 2px;"></td> <td style="padding: 2px;">Profond.</td> </tr> <tr> <td style="border-right: 1px solid black; padding: 2px;"></td> <td style="padding: 2px;">Temps</td> </tr> <tr> <td style="border-right: 1px solid black; padding: 2px;"></td> <td style="padding: 2px;">H. sortie</td> </tr> <tr> <td style="border-right: 1px solid black; padding: 2px;"></td> <td style="padding: 2px;">Indice</td> </tr> <tr> <td style="border-right: 1px solid black; padding: 2px;"></td> <td style="padding: 2px;">Paliers 9m:</td> </tr> <tr> <td style="border-right: 1px solid black; padding: 2px;"></td> <td style="padding: 2px;">6m:</td> </tr> <tr> <td style="border-right: 1px solid black; padding: 2px;"></td> <td style="padding: 2px;">3m:</td> </tr> </table> <p>CP</p> <p>AC</p> <p>AC</p> <p>AC</p> <p>SF</p> <p>Exercices:</p>	Brevet	Départ		Profond.		Temps		H. sortie		Indice		Paliers 9m:		6m:		3m:
Brevet	Départ																																
	Profond.																																
	Temps																																
	H. sortie																																
	Indice																																
	Paliers 9m:																																
	6m:																																
	3m:																																
Brevet	Départ																																
	Profond.																																
	Temps																																
	H. sortie																																
	Indice																																
	Paliers 9m:																																
	6m:																																
	3m:																																
<p>*4</p> <table style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 30%; border-right: 1px solid black; padding: 2px;">Brevet</td> <td style="padding: 2px;">Départ</td> </tr> <tr> <td style="border-right: 1px solid black; padding: 2px;"></td> <td style="padding: 2px;">Profond.</td> </tr> <tr> <td style="border-right: 1px solid black; padding: 2px;"></td> <td style="padding: 2px;">Temps</td> </tr> <tr> <td style="border-right: 1px solid black; padding: 2px;"></td> <td style="padding: 2px;">H. sortie</td> </tr> <tr> <td style="border-right: 1px solid black; padding: 2px;"></td> <td style="padding: 2px;">Indice</td> </tr> <tr> <td style="border-right: 1px solid black; padding: 2px;"></td> <td style="padding: 2px;">Paliers 9m:</td> </tr> <tr> <td style="border-right: 1px solid black; padding: 2px;"></td> <td style="padding: 2px;">6m:</td> </tr> <tr> <td style="border-right: 1px solid black; padding: 2px;"></td> <td style="padding: 2px;">3m:</td> </tr> </table> <p>CP</p> <p>AC</p> <p>AC</p> <p>AC</p> <p>SF</p> <p>Exercices:</p>	Brevet	Départ		Profond.		Temps		H. sortie		Indice		Paliers 9m:		6m:		3m:	<p>*8</p> <table style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 30%; border-right: 1px solid black; padding: 2px;">Brevet</td> <td style="padding: 2px;">Départ</td> </tr> <tr> <td style="border-right: 1px solid black; padding: 2px;"></td> <td style="padding: 2px;">Profond.</td> </tr> <tr> <td style="border-right: 1px solid black; padding: 2px;"></td> <td style="padding: 2px;">Temps</td> </tr> <tr> <td style="border-right: 1px solid black; padding: 2px;"></td> <td style="padding: 2px;">H. sortie</td> </tr> <tr> <td style="border-right: 1px solid black; padding: 2px;"></td> <td style="padding: 2px;">Indice</td> </tr> <tr> <td style="border-right: 1px solid black; padding: 2px;"></td> <td style="padding: 2px;">Paliers 9m:</td> </tr> <tr> <td style="border-right: 1px solid black; padding: 2px;"></td> <td style="padding: 2px;">6m:</td> </tr> <tr> <td style="border-right: 1px solid black; padding: 2px;"></td> <td style="padding: 2px;">3m:</td> </tr> </table> <p>CP</p> <p>AC</p> <p>AC</p> <p>AC</p> <p>SF</p> <p>Exercices:</p>	Brevet	Départ		Profond.		Temps		H. sortie		Indice		Paliers 9m:		6m:		3m:
Brevet	Départ																																
	Profond.																																
	Temps																																
	H. sortie																																
	Indice																																
	Paliers 9m:																																
	6m:																																
	3m:																																
Brevet	Départ																																
	Profond.																																
	Temps																																
	H. sortie																																
	Indice																																
	Paliers 9m:																																
	6m:																																
	3m:																																

Sécurité

La sécurité est assurée par le centre Nemo 33.

N° de tel et adresse des caissons et hôpitaux

Hôpital militaire Reine Astrid (Neder-Over-Heembeek)

Rue Bruyn 1

1120 Bruxelles

Tel : 02 264 41 11

Fax : 02 264 41 07

Avoir avec soi :

- 1 trousse de secours
- 1 bouteille de réserve gonflée à 200 bars et équipée
- 1 bouteille d'O2 gonflée à 200 bars et équipée
- Plusieurs bouteilles d'eau
- Le nombre de bouteilles de réserve, d'O2 et d'eau est à adapter en fct du nombre de plongeurs

Numéros de téléphone importants

Secours : 112

DAN Belgique : 0800/12382

DAN Etranger : + 32 2 262 22 82

Lifras : +32 2.521.70.21

J'aurais avec moi :

- 1 trousse de secours (avec liste du contenu)
- 1 bouteille d'O2 gonflée à 200 bars et équipée
- Plusieurs bouteilles d'eau