



Les correctifs sont apportés en temps réel, en surface. Un geste mal effectué en surface n'a aucune chance d'être correctement effectué sous l'eau.

Enseignement du lâcher et reprise d'embout.

La monitrice demande à chaque élève de faire passer le premier étage autour de la nuque et de faire arriver le détenteur vers la droite (ou la gauche pour les gauchers), pour se mettre dans une situation la plus proche possible de la réalité.



Lorsque le geste n'est pas celui attendu, la monitrice apporte les corrections et fait refaire le geste jusqu'à ce qu'il soit correctement exécuté.

Fi

GC1

GC2

GC3

GC4

Comment mettre un peu d'eau dans le masque? Exemple de répétition à sec : en soulevant délicatement la jupe du masque, on peut réguler facilement la quantité d'eau qui pénètre. La monitrice apporte les éventuels correctifs.

