

BREVET NATIONAL DE SÉCURITÉ ET DE SAUVETAGE AQUATIQUE 2021



Un prérequis pour le Bf4 – Entraîneur de triathlon

Conditions d'accès à la formation

- Etre âgé de 17 ans révolus le jour de l'examen
- Etre reconnu médicalement apte (voir [certificat médical BNSSA](#))

DATES ET LIEU DE FORMATION

Du lundi 22 au dimanche 28 février 2021
À Saint-Quentin (02)

MODALITE D'EXAMEN

Période avril/mai 2021 dans l'Aisne 02

- Epreuve 1: Examen pratique
- Epreuve 2: Examen écrit (QCM de 40 questions)

Inscription et renseignements:

[Formulaire inscription ICI](#)

jessica.degand@triathlonhdf.fr

Date limite d'inscription **avant le 08 février 2021**

LA FORMATION COMPREND:

- La préparation aux épreuves du BNSSA
- La présentation à l'examen final du BNSSA
- Les cours sur la réglementation et législation
- La formation au PSE1

ORGANISME DE FORMATION ET FORMATEURS

ALM Sport formation propose une équipe pédagogique de formateurs diplômés d'Etat et moniteurs des premiers secours

TARIF

- 550€ si facturation club
- 650 € si financement personnel

Le tarif comprend les frais de formation + La présentation à l'examen.

Le contexte sanitaire actuel ne permet pas de proposer une formule hébergement à l'auberge de jeunesse de Saint-Quentin comme les années précédentes.

BREVET NATIONAL DE SÉCURITÉ ET DE SAUVETAGE AQUATIQUE 2020

Un prérequis pour le Bf4 – Entraîneur de triathlon

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Matin	9H00-9h30 Présentation de la formation	7h30-9h30 Piscine Gauchy	8H00-12H30 13H30-17H30	7h30-9h30 Piscine Gauchy	8H00-12H30 13H30-18H00 PSE1	8H00-12H30 13H30-18H00	8H00-12H30 13H30-18H00
	Espace Créatis ALM Sport Formation 10h00-12h30 Piscine Gauchy	10H00-11H30 ? Réglementation BNSSA ALM Sport Formation		Espace Créatis ALM Sport Formation			
Après midi	14h00 17h00 Réglementation BNSSA	13h00 16h00 Réglementation BNSSA	PSE1 Espace Créatis ALM Sport Formation	13h00 16h00	Espace Créatis ALM Sport Formation	PSE1	PSE1
	Espace Créatis ALM Sport Formation 19h30-21h30 Piscine Gauchy	Espace Créatis ALM Sport Formation 18h30-20h30 Piscine Gauchy		Espace Créatis ALM Sport Formation 18h30-20h30 Piscine Gauchy			

Prévoir : une tenue adaptée natation maillot de bain, tee-shirt, short, palmes, masque, tuba, bloc note.

PSE1 : secourisme 35 heures

Réglementation BNSSA : 12 heures

Natation : 12 heures

*Sous réserve de modifications possible

LES ÉPREUVES DE L'EXAMEN

Examen
Période entre
avril et mai

Les épreuves de l'Examen

1/ Un QCM de 40 questions → Obtenir 30 bonnes réponses

...rectuées au moins deux fois par jour.

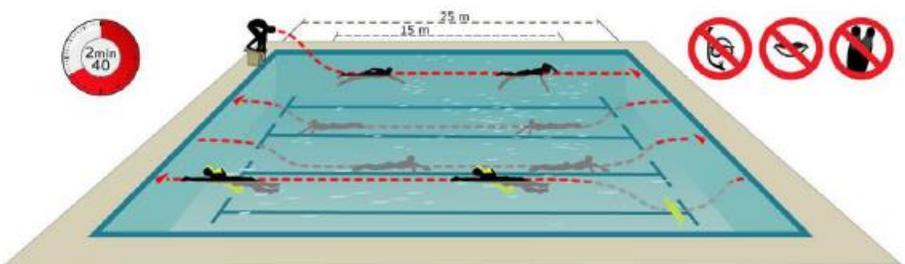
Une noyade :

- A peut être provoquée par un malaise dans l'eau.
- B peut être provoquée un traumatisme violent.
- C peut être provoquée par une hypothermie.
- D est toujours le fait d'un mauvais nageur.

14

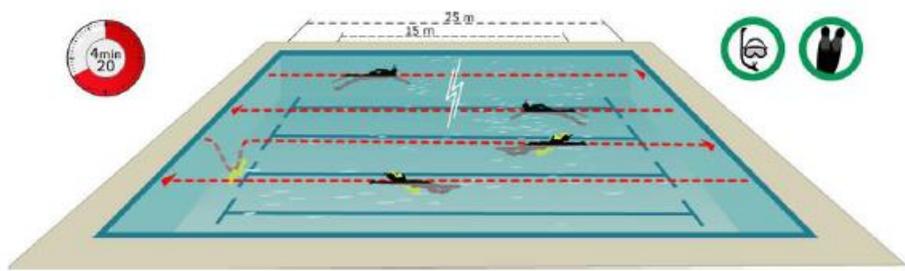
2/ Parcours de sauvetage 100 M :

25 m nage libre en surface suivi de deux parcours de 25 m, comprenant chacun 15 m en immersion complète sur un trajet défini (matérialisé au fond et sur les bords), sans que le candidat ne prenne appui ; une plongée dite en canard, suivie de la recherche d'un mannequin qui repose entre 1,80 m et 3,70 m de profondeur ; le candidat remonte le mannequin en surface, puis le remorque sur 25 m, visage hors de l'eau. Si le visage du mannequin est immergé plus de 3 secondes sur toute l'épreuve, le candidat est éliminé. Temps éliminatoire de deux minutes et quarante secondes.



3/ Parcours de sauvetage 250 M :

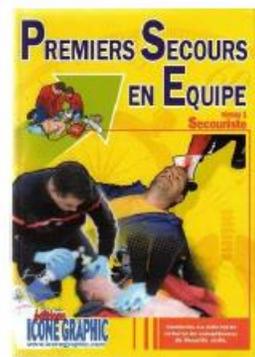
L'épreuve consiste en un parcours de sauvetage avec cet équipement, sur 250 m, en bassin de natation. Le candidat part du bord du bassin avec son matériel à la main. Au signal de départ, il doit s'équiper, avant ou après avoir plongé. S'il décide de s'équiper dans l'eau, son équipement doit être en place avant qu'il ne franchisse la ligne des 5 m. Il doit ensuite effectuer un 200 m en nage libre avec palmes, masque et tuba obligatoires durant toute cette distance. Si le candidat rencontre un problème de matériel, il le résout sans prendre appui sur le bord ou au fond de la piscine. Il doit ensuite remorquer un mannequin sur 50 m, étant alors autorisé à ne plus utiliser le masque et le tuba sur cette distance. Temps éliminatoire de quatre minutes et vingt secondes, temps d'équipement inclus.



4/ Secours auprès d'une victime :

Le candidat intervient sur un cas concret portant sur le programme du PSE 1

Premiers Secours Equipe PSE1



Lieux de formation



Piscine Gauchy
Rue de Picardie
02430 GAUCHY

Entraînement natation



Salle de formation ALM
espace créatis
6 avenue Archimède
ST QUENTIN

Pse1
Formation théorique