



## Plongée: faites l'expérience d'une aventure intense

***De 8 à 88 ans... La plongée vous ouvre la porte sur un monde différent. Il n'y a rien sur terre qui ressemble à ces sensations: l'émotion de respirer sous l'eau, la liberté de l'apesanteur, les sons et lumières uniques***

### ***Exemples de formation PADI***

Le Club de Plongée, en collaboration avec les meilleures écoles de la région, vous propose des sorties et des cours de formation.

#### **Enfants 8-10 ans**

Faites découvrir à vos enfants (dès 8 ans révolus) la plongée en toute sécurité et d'une façon ludique, grâce au *programme Seal Team de PADI*.

#### **Mercredi après-midi en piscine**

5 aquamissions de 2 heures chacun pour le forfait de 400 CHF. Théorie avec vidéo, enseignement des bases de la plongée, contrôle de la flottabilité, vidage du masque, récupération du détendeur, etc.

#### **Enfants 10-12 ans**

Dès l'âge de 10 ans les enfants ont la possibilité de faire un brevet *Padi Open Water Diver Junior*.

Ils suivront la même formation que les adultes, mais auront une restriction de plongée à la profondeur de 12 mètres jusqu'à l'âge de 14 ans.

#### **Enfants dès 14 ans**

Comme pour les juniors, le premier brevet Open Water Diver comprend des heures de théorie, des séances en piscine et des plongées au lac. Les personnes qui ne désirent pas plonger au lac ont la possibilité de terminer leur brevet pendant leurs vacances en mer, dans un des nombreux centre PADI du monde.

Un cours *Open Water Diver* coûte environ 800 CHF.

Munis de ce premier brevet, vous n'aurez qu'une envie, partir à la conquête des splendeurs sous-marines et de vous perfectionner en plongeant en toute sécurité, toujours accompagné par un binôme expérimenté ou un instructeur de plongée.





## Avantages

Rejoignez-nous au Club de Plongée où tous les membres trouveront les avantages suivants:

- Réductions dans les magasins de plongée sur le matériel acheté ou loué.
- Les employés Nestlé reçoivent, en plus, un subside sur les cours et les locations de matériel.
- Des sorties organisées: samedi ou dimanche ou week-end entier.
- Croisières-plongée en bateau avec d'autres plongeurs et/ou non-plongeurs organisées avec des organismes compétents.
- Week-ends ou séjours en petits groupes avec le Club.

## Programme 2008

<b>Février:</b>	Cours spécialisé combinaison étanche
<b>Avril:</b>	Baptême plongée en piscine et cours Open Water enfants et adultes
<b>Mai (15 au 22):</b>	Croisière Sud Mer Rouge sur bateau au départ de MarsaAlam (Egypte). 2400 CHF pour 7 jours, tout compris. Niveau requis: Advanced Open Water ou niveau équivalent. Il reste 4 places.
<b>Dès juin:</b>	Organisation de cours en groupe à la demande. Journée promotion du Club avec baptêmes et plongées encadrées au lac, date à définir.
<b>Juillet (15 au 25):</b>	Le Club de Plongée en vacances à Dahab (Egypte). Possibilité de nous joindre en fonction des disponibilités des vols et hôtels.
<b>25 juillet au 1er août:</b>	Croisière Nord Mer Rouge en bateau au départ de Sharm El Sheik. 2400 CHF pour 7 jours, tout inclus. Niveau requis: Open Water diver ou niveau équivalent.
<b>Renseignements:</b>	auprès de Martine Rouvet, tél. 021/ 785 8775 Mail: <a href="mailto:Martine.Rouvet@rdls.nestle.com">Martine.Rouvet@rdls.nestle.com</a>





## Diving: make the experience of an intensive adventure

*From 8 to 88 years... Diving open you the door to a different world. There is nothing on this earth which can give you such feelings: the emotion to breathe underwater, freedrom of weightlessness, unique sounds and lights*

### *Examples of PADI courses*

The Diving Club offers you courses and outings in collaboration with the best schools of the area.

#### Children 8-10 years

Let your children discover diving in a very secure and playful way thanks to the *PADI Seal Team program*.

#### Wednesday afternoon in the swimming pool

5 aquamissions of 2 hours each for the price of 400 CHF.

Theory with video, basic diving teaching, floating control, emptying of the mask, get back the détenteur, etc.

#### Children 10-12 years

As from the age of 10, children have the possibility to obtain a *Padi Open Water Diver Junior*.

They will follow the same teaching as the adults, but will have diving restrictions to the depth of 12 meters until the age of 14.

#### Children from 14 years

As for the juniors, the first Open Water Diver licence is composed of theory, exercices in a swimming pool and dives in the lake. Persons who do not wish to dive in the lake have the possibility to finish their licence during the vacations in the sea in one of the numerous PADI centres in the world.

*An Open Water Diver costs around 800 CHF.*

With this first licence you will be keen to explore the underwater world and improve your dives with all the security needed, always accompanied by a diving instructor.





## Advantages

Join the Nestlé Diving Club. It will offer you the following advantages:

- Rebates in the diving shops on bought or rented material.
- Nestlé employees can benefit of a subside on courses and rented material.
- Organised outings: Saturday or Sunday, or during entire week-ends.
- Diving cruises with other divers and/or with non-divers organised with professionals.
- Week-ends or outings in small groups organised by the club.

## Programm 2008

- February:** Special dry suit diver speciality course.
- April:** First dive and open water course in a swimming pool for adults and children.
- May (15 to 22):** South cruise in the Red Sea, departure from Marsalam (Egypt).  
2400 CHF for 7 days, all included.  
Required level: Advanced Open Water or equivalent.  
4 places available.
- From June:** Organisation of courses for groups upon request and promotion day of the Club with first dives and accompanied dives in the lake.
- July (15 to 25):** The Diving Club is going to Dahab (Egypt). Possibility to join depending on the flight and hotel availabilities.
- 25 July to 1 August:** North cruise in the Red Sea, departure from Sharm El Sheik.  
2400 CHF for 7 days, all included.  
Required level: Open Water diver or equivalent.
- Information:** Martine Rouvet, phone 021/ 785 8775  
Mail: [Martine.Rouvet@rdls.nestle.com](mailto:Martine.Rouvet@rdls.nestle.com)