

# Un baptême de plongée avec O Fil de L'eau

## Comment ça se passe ?

### Accueil au centre



# 1

Arrivée au centre O Fil de L'eau  
🕒 Heure de rendez-vous 10h30 ou 13h00  
Durée totale de l'activité 2h30.

### Départ en bateau



# 2

🚤 Navigation jusqu'au site de plongée (environ 5-10 min)  
🕒 Puis 1H00 sur le site entre plongée et snorkeling.

Option départ plage possible

### Briefing



# 3

👋 Rencontre avec ton moniteur, briefing activité & explication du matériel.

### Baptême



# 4

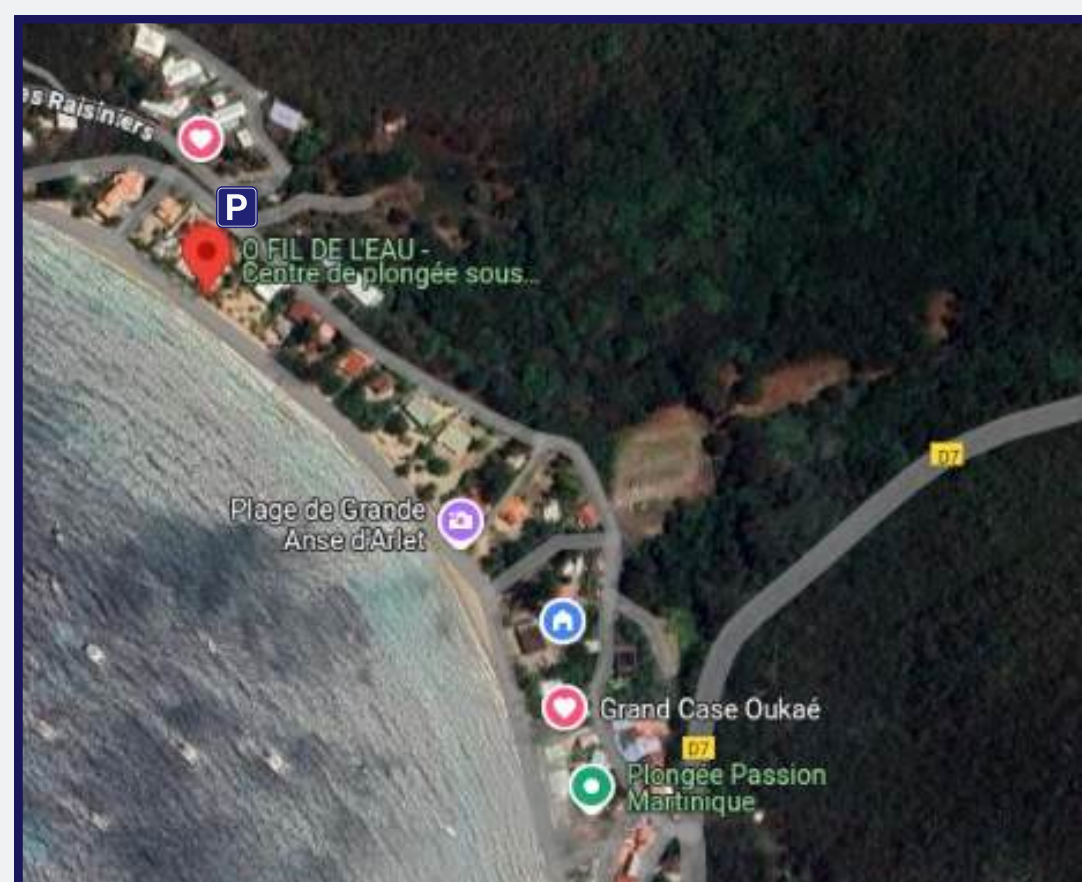
🫧 Seul à seul avec un moniteur. formule 20/30/40 min sous l'eau à une profondeur de 6 mètres max.

### Retour au centre



# 5

❤️ Partage de tes découvertes sous-marines et impressions.



🅑 Parking Ti Sable  
35 Allée des Raisiniers  
97217  
Grande Anse d'Arlet

Ti baptême 20 min: 70€

Gran'baptême 30 min: 90€

Gwo'baptême 40 min: 110€

Baptême duo 45 min: 120€/pers

Tarif enfant moins de 12 ans 65€

## Les questions fréquentes

- *J'ai peur d'avoir mal aux oreilles*

Pas d'inquiétude : nous descendons très doucement, à ton rythme, et nous te montrons comment équilibrer tes oreilles.

- *Et si je ne suis pas bon nageur ?*

Pas besoin de savoir nager ! Tu seras toujours encadré, ton moniteur est juste à côté pour te tenir si besoin, et t'aider à évoluer sous l'eau.

- *J'ai peur des animaux marins...*

Rien de dangereux dans les eaux de Martinique ! On croise surtout des poissons colorés, parfois des tortues, et beaucoup de coraux.

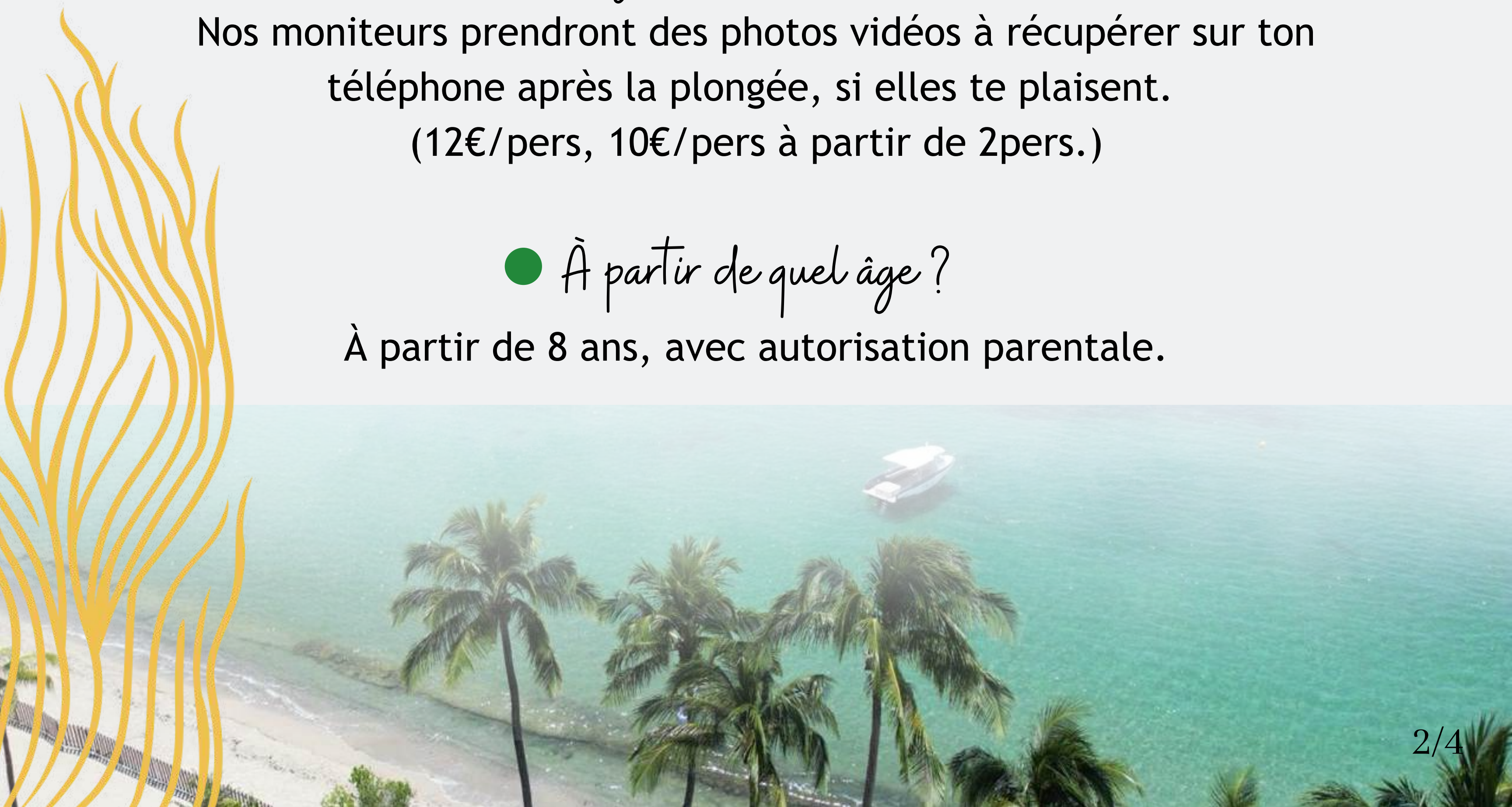
- *Et si je veux un souvenir ?*

Nos moniteurs prendront des photos vidéos à récupérer sur ton téléphone après la plongée, si elles te plaisent.

(12€/pers, 10€/pers à partir de 2pers.)

- *À partir de quel âge ?*

À partir de 8 ans, avec autorisation parentale.



## Les questions fréquentes

- *Est-ce que le baptême est toujours possible ?*

Presque, sauf si tu prends l'avion dans les 24h, en cas de grossesse, d'otite en cours, de gros rhume, ou de problèmes de santé.  
(voir liste ci-jointe.)

- *Est-ce que j'ai besoin d'un certificat médical ?*

Non, pas pour le baptême, sauf si tu as des problèmes médicaux dans la liste ci jointe. Dans ce cas demande l'avis d'un médecin.  
(généraliste, du sport, hyperbare)

- *Mes proches peuvent-ils venir ?*

Oui ! Ils peuvent accompagner en bateau en masque et tuba s'ils le souhaitent, (petit supplément à partir de 20€)  
ou profiter de la plage devant le centre  
(aller voir les tortues en kayak transparent, en snorkeling ou profiter d'un transat au restaurant Ti Sable...)



AVANT UN BAPTEME  
DE  
PLONGEE SOUS-MARINE

CONTRE-INDICATIONS  
MEDICALES



LE CERTIFICAT MÉDICAL **N'EST PAS OBLIGATOIRE** POUR LE BAPTÊME,  
SAUF SI VOUS PRÉSENTEZ LES CONTRE-INDICATIONS SUIVANTES  
(liste non exhaustive) :

- **NE PAS PRENDRE L' AVION DANS LES PROCHAINES 24H**
  - **GROSSESSE**  
(Déclarée ou suspicion)
  - **PROBLÈMES ORL**
    - (Otite, sinusite, gros rhume en cours ou récent)
  - **MALADIES PULMONAIRES**
    - (Insuffisance respiratoire, asthme à l'effort, au froid, Chirurgie pulmonaire, pneumothorax spontané...)
  - Certaines **MALADIES CARDIAQUES**
    - (Insuffisance cardiaque, cardiopathie congénitale...)
  - Certaines **MALADIES OCULAIRES**
    - (Rétine, opération récente...)
  - Certaines **MALADIES NEUROLOGIQUES**
    - (Épilepsie, tétanie, spasmophilie...)
  - Certaines **MALADIES DERMATOLOGIQUES**
    - (Urticaire au froid ou à l'eau, allergies au néoprène, caoutchouc, Syndrome de Raynaud sévère...)
- **DIABÈTE MAL ÉQUILIBRÉ**
- **CONSOMMATION D'ALCOOL ou DROGUES**  
**ou CERTAINS MÉDICAMENTS**

IL N'Y PAS DE CONTRE-INDICATION  
En période de règles, ou avec le port de lentilles de contact.