

# Epreuves du BNSSA

## Pré requis

- Etre titulaire du PSE1

## Epreuves éliminatoires et non cotées :

### Epreuve n° 1 :

#### Parcours de sauvetage de 100m en moins de 2'40''

- Plongeon et 30 m nage libre,
- 2 apnées de 15m espacées de 2 fois 5m
- Plongeon canard pour rechercher un mannequin (immergé entre 1,80 et 3,70m)
- 25m de remorquage du mannequin, face hors de l'eau

### Epreuve n° 2 :

#### Parcours de natation avec palmes, masque et tuba de 250m en moins de 4'20''

- Equipement après le signal (dans ou hors de l'eau)
- 200m de palmage (avec palmes, masque et tuba)
- Plongeon canard pour rechercher un mannequin (immergé entre 1,80 et 3,70m)
- 50m de remorquage (masque et tuba obligatoire)

### Epreuve n° 3 :

#### Action de secourisme aquatique et théorique (en short et T-shirt – lunettes et masques interdits)

- Départ du bord nage approche (15 à 25m)
- 1 prise de face par la victime en détresse
- Le sauveteur se dégage et remorque la victime
- Le sauveteur accoste et cale la victime au bord
- Le sauveteur sort d'eau de la victime (avec ou sans aide)
- Vérification des fonctions vitales
- Puis entretien théorique de secourisme avec un moniteur de secourisme

## Epreuve cotée :

### Epreuve n° 4 :

#### Questionnaire à choix multiples de 40 questions (durée maxi 45 min)

#### Aspects juridiques - Organisation des secours - Structures publiques de secours

- 3 à 5 réponses possibles par question – 1 réponse au moins est juste
- Réponse considérée comme fausse si incomplète ou fausse ou incomplète
- Pour être valider l'épreuve, il faut 30 réponses justes minimum