

Canard

Le **canard** est une [technique d'immersion](#), qui peut être pratiquée en [plongée en scaphandre](#) ou en [apnée](#) et consistant à passer sous la surface de l'eau à partir d'une position horizontale.

Son nom fait référence à l'animal dont la méthode d'immersion s'inspire.

Utilisation

Le canard peut être utilisé en toutes circonstances, lorsque le fond se trouve à une profondeur supérieure à quelques mètres. Si ce n'est pas le cas, le plongeur risque de se faire mal et d'endommager la faune et la flore en heurtant le fond.

Il est utile lors d'un parcours mêlant successivement la [nage avec palmes](#) en surface et l'[apnée](#) en profondeur.

Étapes

En plongée en scaphandre

Pour s'immerger en canard, le [plongeur en scaphandre](#) doit :

1. Se positionner horizontalement, face tournée vers le fond, et se diriger en surface vers un point du fond au-dessus duquel il souhaite s'immerger.
2. Positionner une main sur la purge basse du [gilet](#) (en général, la droite).
3. Lorsque la tête arrive au niveau du point visé, plier le buste à angle droit en avant, la tête la première (le buste est donc vertical, et les jambes restent horizontales). La main libre peut être positionnée droit devant, dans l'axe du buste. (On dit parfois "casser" le buste.)
4. Simultanément :
 - lever les jambes hors de l'eau, qui se retrouvent alors verticales, dans l'axe du buste,
 - actionner la purge basse,
 - expirer fortement.
5. Le corps va alors descendre rapidement sous la surface de l'eau. Ne pas hésiter à utiliser une main pour faire passer les oreilles. Après un ou deux mètres, reprendre une respiration normale.

En apnée

Pour s'immerger en canard, l'apnéiste doit :

1. Se positionner horizontalement, face tournée vers le fond, et se diriger en surface vers un point du fond au-dessus duquel il souhaite s'immerger.
2. Lorsque la tête arrive au niveau du point visé, plier le buste à angle droit en avant, la tête la première (le buste est donc vertical, et les jambes restent horizontales). Les mains peuvent être

positionnées droit devant, dans l'axe du buste.

3. Simultanément :

- lever les jambes hors de l'eau, qui se retrouvent alors verticales, dans l'axe du buste,
- expirer légèrement ou beaucoup (uniquement si l'on souhaite faire une [apnée expiratoire](#), mais dans tous les cas, garder un peu d'air dans les poumons pour pouvoir faire passer les oreilles).

4. Le corps va alors descendre rapidement sous la surface de l'eau. Ne pas hésiter à utiliser une main pour faire passer les oreilles.

Explication

Expirer et vider le gilet permet de diminuer la [poussée d'Archimède](#) qui s'exerce sur le plongeur. Comme son poids est inchangé, il subit donc une accélération verticale dirigée vers le bas.

Lever les jambes hors de l'eau diminue aussi la poussée d'Archimède qui s'exerce sur le plongeur lorsqu'il commence à descendre, donc augmente l'accélération citée ci-dessus. (Bien sûr, cette composante de la poussée d'Archimède retrouve sa valeur lorsque les jambes sont immergées.)

En descendant, l'air inclus dans le néoprène de la combinaison se comprime et voit donc sa poussée d'Archimède diminuer.

From:

<https://www.plongix.com/encyclopedie/> - **Encyclopédie Plongix**

Permanent link:

<https://www.plongix.com/encyclopedie/canard?rev=1576327284>

Last update: **le 14/12/2019 à 13h41**

