GESMA News

N° 14 du 31/05/2025

Le Comité Directeur du GESMA est heureux de vous adresser votre newsletter **« GESMA News »**

Vous recevez cette newsletter parce que vous êtes licencié(e) au GESMA et que vous nous avez communiqué votre adresse électronique.

Nous comptons sur vous pour nous aider à faire vivre cette newsletter en nous faisant parvenir les nouvelles et faits marquants de vos activités préférées.

Bonne lecture.

Le CODIR du GESMA

Au sommaire de ce numéro

Ça s'est passé au GESMA :

1- Vie du Club : bouffe-plouf (Michel D)
2- Plongée souterraine (François B)
3- Examen théorique Niveau 2 (François B)
4- Apnée (Marc M)
5- Technique : réunion des cadres (Pascal G)
6- Validation des Niveaux 1 à Hendaye (Michel D)
7- Nage Avec Palmes (Annie F)
8- Bio et Photo (Romuald G)

Bientôt au GESMA :

1- Apnée (Marc M)
2- Nage Avec Palmes (Annie F)
3- Vie du Club (Michel D)
4- Fin de saison à Nautilis et Piscine de La Couronne (Christian J)

Ça s’est passé au GESMA :

1. Vie du club : Bouffe-plouf (Michel D)

Le 16 avril, ce sont environ 80 Gesmaliennes et Gesmaliens qui se sont retrouvés pour un moment de convivialité à la Salle de La Combe à Saint-Yrieix. Après avoir effectué un échauffement en piscine, c’est autour d’une grande table que nous avons pu commencer la soirée avec 3 diaporamas. Les deux premiers ont été créés par Frédéric Damato concernant la sortie Lanzarote de fin 2024 et le « shooting aquatique » réalisé par la commission Photo-vidéo. Le troisième, réalisé par Dominique Lachgar nous a montré toutes les merveilles sous-marines que nos heureux plongeurs voyageurs ont pu découvrir lors de leur séjour aux Philippines.

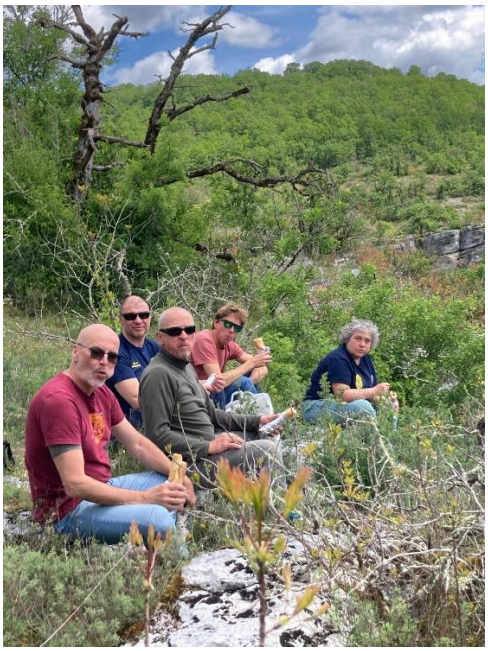
La soirée s’est poursuivie dans la bonne humeur autour des mets apportés par les participants.

Une belle expérience à renouveler sans aucun doute …

2. Plongée souterraine (François B)

Le GESMA a été de sortie avec quelques membres d'autres clubs durant le grand week-end du 8/05. La sortie a été organisée par Jean-Christophe Dubois qui avait prévu des cavités situées dans le Nord du Lot : L'oeil le la Doue et son long inter siphon, Fond del Truffe avec un parcours S1 et S2 sinueux et Cabouy...avec une visie très limitée.

Certes l'eau était fraîche, 12°C mais de toute façon l'eau est rarement plus chaude, les plongeurs pouvaient cependant se réchauffer en raison du grand soleil pendant ces quelques jours.



3. Examen théorique Niveau 2 (François B)

A l'issue des quelques cours animés par Angélique, Estelle et François, les élèves en formation N2 ont passé avec succès la théorie le 14/05/25. Un grand bravo à Flavie qui a brillamment réussi cette partie.
Remerciements aussi à Romuald pour son initiation à la biologie marine, orientée sur la faune et la flore d'Hendaye, mais aussi à Olivier qui pendant les cours a apporté des compléments sur la plongée.
Maintenant les deux week-ends prévus fin mai devraient leur permettre de valider la partie pratique de la formation.

4. Apnée (Marc M)

Formations en cours :

Validation de la formation Apnéiste piscine le vendredi 23 mai à Nautilis pour Marion. Bravo !

Fin de la formation Apnéiste (Confirmé) Eau Libre. Validation théorique et pratique prévue à St Lin le 14 juin pour Béatrice et Damien.

Finale de la Coupe de France Apnée :

Les 5-6 avril se tenait la finale de la Coupe de France d'Apnée à Tours. 6 apnéistes du GESMA étaient présents : Agnès, Caroline, Florimond, Julie, Marc et Olivier.

Statique : **3° place pour Caroline avec 5'04"**, 4° place pour Agnès avec 4'47" et 6'56'' pour Marc (7°)

Dynamique sans palmes : **1° place Juniors pour Julie avec 86,30m, 2° place pour Olivier avec 200m**, 9° place pour Agnès (76,20m) et 18° place pour Marc (88,20m).

Speed 2x50m : **1° place Juniors (et 3° du général) pour Julie avec 1'02**
Dynamique bipalmes : 9° place pour Marc (162,1 m) et 23° place pour Florimond (99,5m)
Dynamique monopalme : **1° place Juniors pour Julie avec 126,5m** (7° du général) et **3° place pour Olivier avec 232,6m**

Un super moment de partage et de belles performances, avec de nombreux records personnels battus. Les entrainements de la saison ont payé !

Championnats Nouvelle-Aquitaine d'Apnée :

Dimanche 13 avril, une vague de 9 apnéiste du GESMA débarque à La Rochelle pour le Championnat régional Nouvelle-Aquitaine : Aude, Caroline, Franck, Julie, Marc, Mélodie, Patrice, Rémi et Tristan. Certains s'essayaient à leur première compétition d'apnée, d'autres venaient disputer les titres régionaux.
Statique : **2° place pour Caroline avec 5'08'', 2° place pour Marc avec 7'16** ; Rémi : 12° (4'26), Patrice : 15° (4'05), Tristan : 18° (3'18)
Dynamique monopalme : **1° place Junior pour Julie avec 104 m**
Dynamique bipalmes : **2° place pour Marc avec 164,4m**, Mélodie : 4° (113,1m), Rémi : 9° (128,2m), Aude : 13° (56,5m), Franck : 17° (107,6m), Tristant : 18° (105,7m)
Dynamique sans palmes : **1° place Juniors pour Julie avec 89,7m, 3° place pour Marc avec 102,5m**, Rémi : 4° (100m), Mélodie : 5° (81,7m)
Speed 2x50m : **1° place Juniors pour Julie avec 1'03**
Endurance 8x50m : **3° place pour Rémi avec 8'15**

Une super journée passée entre copains et de très belles performances à la clef.

<u>Participation d'Olivier aux Championnats du Monde d'Apnée :</u>

Olivier était présent à Athènes du 20 au 24 mai avec les autres membres de l'équipe de France. Bien qu'il relève de la catégorie Masters, Olivier a souhaité cette année encore rester dans la catégorie Séniors, catégorie dans laquelle il décroche deux 7èmes places avec : **266,50m en dynamique monopalme** et **203m en dynamique sans palmes**. Cette dernière performance lui octroie le **record du Monde Masters.**

5. Technique : réunion des cadres (Pascal G)

Organisée par Pascal Giraud, cette réunion s'est tenue à Montauzier le 22 mai dernier. Les responsables étaient nombreux à cette réunion.

Points abordés :

- Bilan des formations de la saison en cours ;
- Présentation des nouvelles modalités d'emprunt du matériel ;
- Nouvelles préconisations fédérales sur les remontées « anormales » ;
- Responsables des formations techniques pour la saison prochaine :
  - Formation plongeurs OR/Argent : Michel D +autres encadrants disponibles
  - N1 : Pascal G aidé de Jean-Marie N et Michel D
  - N2 : Estelle G et Angélique G
  - N3 : Fabien P et François B
  - Initiateurs : Nathalie G.
- Sauvegarde des feuilles de sécurité lors des sorties GESMA
- Plan d'Organisation de la Surveillance et des Secours : Nautilis et GESMA
- Baptêmes : tout accès dans la fosse, même minime est interdit, mais passer au-dessus ne l'est pas. L'ordinateur est obligatoire pour tous les baptêmes, que la fosse soit ouverte ou pas.

6. Validation Niveaux 1 à Hendaye (Michel D)

Les 24 et 25 mai, 46 Gesmaliennes et Gesmaliens, dont 33 plongeurs se sont retrouvés à Hendaye pour les 4 plongées de validation des Niveaux 1.

Le soleil, la mer « pétole », une visibilité de plus de 10 mètres et une super ambiance ont accompagné un week-end de rêve. De mémoire d'encadrants (et ils ne sont pas tout jeune), on n'avait jamais connu ça au Pays Basque à cette époque de l'année.

Toutes les plongées se sont bien déroulées, ce qui nous a permis de valider les 18 niveaux 1 présents lors de l'apéritif dinatoire du samedi soir.

Félicitations à tous nos nouveaux diplômés qui ont mis en pratique tout ce qu'ils ont appris cette année pour brillamment réussir ces « premières mers ». Un grand merci aux encadrants et formateurs qui ont permis cette réussite.

Enfin, signalons que Planetocéan (centre de plongée qui nous a accueilli) a félicité le GESMA pour la qualité de son organisation et de ses formations.

Il ne reste plus qu'à pratiquer pour préparer bientôt le Niveau 2. Bel été à toutes et tous et belles plongées.

IRM

7.Nage Avec Palmes (Annie F)

L'eau était fraîche à Saint Jean d'Angely pour **la descente de la Boutonne le 7avril** mais cela n'a pas empêché 6 Gesmaliens et Gesmaliennes de s'y jeter.

Sur le 2.3km NAP

Annie François, 2ème M60 en 32’2780

Sur le 3 km NAP

Virginie Girard : 2ème M30 en 43’3600

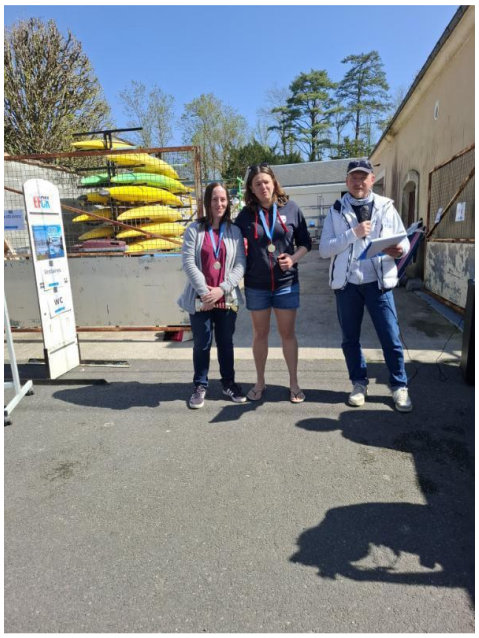
Alain Archambaud : 1er M60 en 45’2430

Christian Jouin : 3ème M60en 46’3890

Monique Archambaud 1ère M70 en 51’5870

Sur le 3km NEV

Claude Pelletier : 3eme M70 en 41’3520



12 avril : Championnat de France NEV à Etel (Morbihan)

4 Gesmaliens (iennes) ont complété l'équipe régionale pour ces 7km dans la ria d'Etel.Un beau parcours avec du courant, des marmites, un paysage superbe.

Alain Archambaud :57'28''99
Monique Archambaud : 59'58''52 (vice-championne de France !)
Christian Jouin : 1h 00'03''
Annie François : 1h 01'01''

Dimanche 18 mai : Challenge François 1er à Cognac :

Du soleil et de la bonne humeur pour cette rencontre.

Sur le 3km :
Eric Soulan 1er M50 en 35'47
Monique Archambaud 1ereb M70 en 39'38

Sur le 6km
Alain Archambaud : 2ème M60 en 1h05'08
Christian Jouin participait en flotteur (NEV)en 59'31.

ATTENTION
BATIMENT
SOUS ALARME

8. Bio et Photo (Romuald G)

Le week-end des 17 et 18 mai, la commission bio et la commission photo se sont retrouvées à Capbreton pour plonger dans le canal.

13 plongeurs ont participé à cette sortie. Une photographe de renom, Fanny Floirat s'est jointe à nous. Nous avons ainsi eu la chance de regrouper, avec Michel, deux experts de la photographie sous-marine dont les images nous émerveillent.

Une météo très ensoleillée ainsi qu'une visibilité correcte voire très bonne le dimanche matin nous ont permis d'explorer ce site très riche malgré sa situation urbaine.

Cette sortie nous a permis de valider la formation Plongeur Biologiste 1er degré de Nathalie Guillaume (Gesma) et de Pascal Charlier (Acers). Nous leur adressons nos félicitations.

© Francois Boerkmann

Un week-end réussi, sous le signe de la convivialité, de la bonne humeur, avec en point d'orgue le dîner pique-nique du samedi soir pendant lequel tout le monde s'est bien amusé.

Merci à tous les participants pour leur enthousiasme, leur engagement.

Une sortie similaire sera organisée fin septembre (infos à venir)

Bientôt au GESMA :

1. Apnée (Marc M)

Championnats de France Apnée:

Cette année, les championnats de France PSP, NAP et Apnée se dérouleront à Limoges du 29 mai au 1er juin. Parmi les apnéistes du GESMA, 3 sont qualifiés et participeront : Julie (catégorie Juniors), Marc et Olivier (catégorie Séniors). D'autres seront présents pour aider comme juges ou apnéiste de sécurité : Béatrice, Caroline et Marc.

A venir :

Mercredi 4 juin : séance de perfectionnement à l'apnée **pour la PSP.** Séance évidemment ouverte à celles et ceux qui ne font pas (encore) de PSP !

Sortie apnée verticale à St Lin le 14 juin 2024 (renseignements et inscriptions auprès de Marc).

Pour plus de renseignements contactez **Marc Mounier**
marcmounierapnee@gmail.com

2. Nage Avec Palmes (Annie F)

Les mois de juin et juillet vont être encore chargés :

- **7 juin** : Traverséee du pont de l'île de Ré à La Rochelle
- **14 juin** :descente de la sévre niortaise à Niort :
  - Au programme, 500m,2000mou 4000m
- **21juin** : trophée de l'Hermione à Rochefort, 6.5km
- **29juin** : descente du Trieux (Paimpol, nord Bretagne)
- **6 juillet** : descente de Civray en Touraine(Chenonceau)
- Du **19 au 20 juillet** : championnat de France eau libre à Holtzheim (Gravière du Fort)

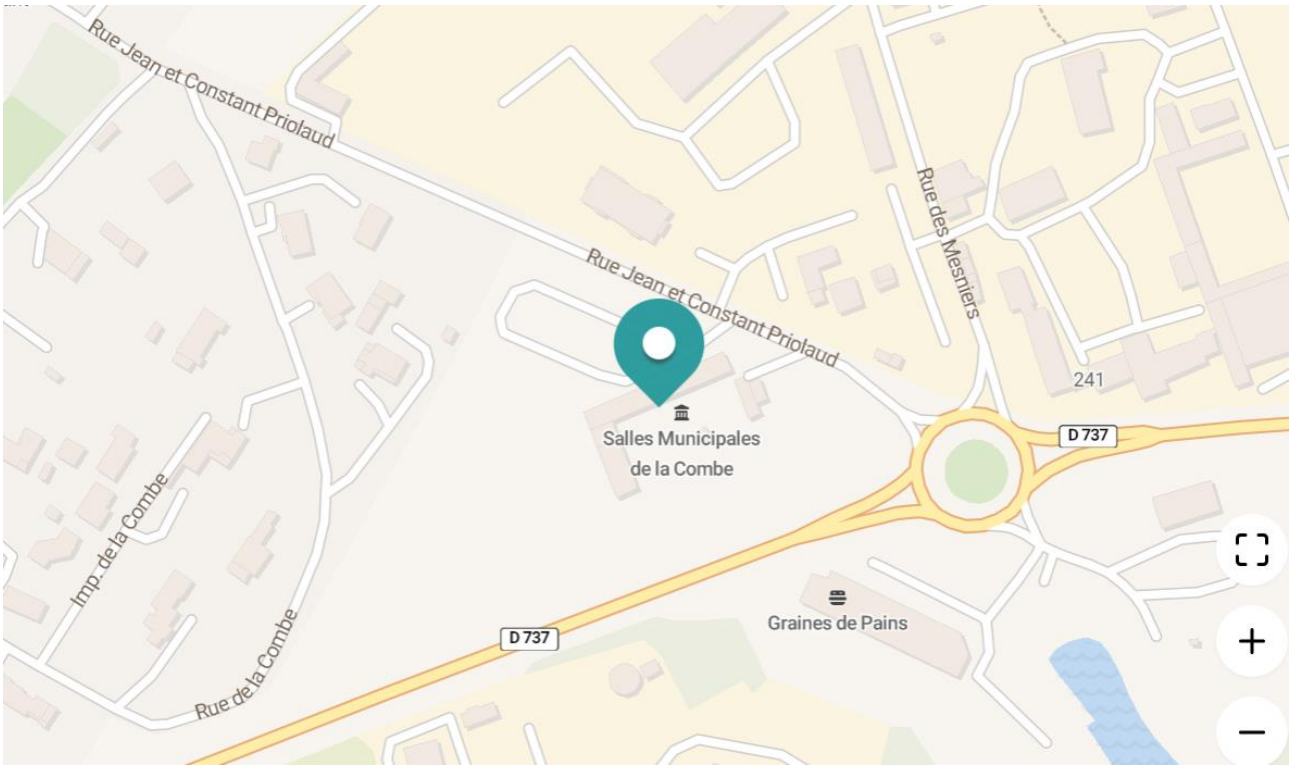
En dehors du championnat de France, toutes les autres rencontres peuvent être faites en NAP ou en NEV.

Pour plus de renseignements contactez Claude Pelletier ou Annie François :
pelletier.claude@neuf.fr ou annie.francois16@orange.fr

3. Vie du Club (Michel D)

RAPPEL : mercredi 25 juin 2025, Repas de fin de saison

Un BBQ de fin de saison aura lieu à la **salle de la Combe à Saint Yrieix**.
Rendez-vous **à partir de 18h30.**



Le Gesma offrira l'apéritif, les boissons et les grillades. Reste à chaque participant d'amener entrée et dessert, voire fromage, pour une soirée que nous espérons belle et conviviale.

Afin de préparer au mieux cette soirée, nous devons connaître le nombre de participants.

Merci de vous inscrire dès que possible en cliquant sur le lien suivant :

https://www.plongee-gesma.com/site/2025/04/30/sinscrire-au-repas-de-fin-de-saison/

4. Fin de saison à Nautilis et piscine de La Couronne (Christian J)

La saison 2024-25 se termine ; le dernier créneau GESMA aura lieu le vendredi 20 juin.

La municipalité de La Couronne et le GESMA ont renouvelé leur partenariat pour cet été. A minima, 2 lignes d'eau seront mises à disposition des nageurs et apnéistes les mardis et jeudis.

Pour celles et ceux qui n'auraient pas encore profité de cette sympathique piscine découverte (et chauffée), quelques infos :

- adresse : 7 Rue Jean Moreau, 16400 La Couronne
- période d'accès : du mardi 24 juin au jeudi 28 aout
- horaires : 19h30-21h15

Attention : Il est impératif avant tout accès dans l'établissement, de s'assurer de la présence EFFECTIVE du DP du GESMA (pour la surveillance, mais aussi seule personne à posséder la clé pour fermer la piscine en fin de séance !).

A l'instar de ce qui existe pour le créneau du vendredi soir, un « WhatsApp piscine de LCN » va être créé. Si vous souhaitez en faire partie et profiter assidument ou ponctuellement de ces créneaux, merci de le signaler pour y être inscrit(e). J'y indiquerai les consignes, recommandations et particularités éventuelles.

En contrepartie de la mise à disposition gracieuse de cette piscine, le GESMA s'est engagé à proposer les vendredis 25 juillet et 22 août, 2 soirées d'animations (gratuites), de 18h30 à 20h30 avec baptêmes de plongée, initiation à l'apnée et à la nage avec palme.

Toutes les bonnes volontés sont invitées à y participer pour animer et encadrer (selon vos prérogatives) ou simplement aider, renseigner les participants.

Aquatiquement vôtre.

Pour plus de renseignements contactez Christian Jouin : jouin.ch@hotmail.fr

---

Retrouvez également les comptes-rendus du Codir de mars et d'avril sur le site :

https://www.plongee-gesma.com/site/2025/03/14/cr-bureau-2025/

Contactez-nous :

secretaire-gesma@plongee-gesma.com