

# GESMA News

N° 18 du 31/12/2025

**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

- 1- Plongée Sportive en Piscine (Estelle G)**
- 2- Commission Matériel (Yvon C.)**
- 3- Commission Technique (Pascal G)**
- 4- Nage Avec Palmes et Nage en Eaux Vives (Annie F)**

## 1- Plongée Sportive en Piscine (Estelle G)

Les entraînements ont repris tous les 1ers mercredis de chaque mois dans un esprit convivial. Nous pratiquons, sans prise de tête, cette activité sportive. N'hésitez pas à venir nous rejoindre.

Une soirée ludique est organisée, par le CODEP16, le samedi 28 février 26 où tous les clubs de Charente vont pouvoir partager cet instant. À vos agendas



Merci,  
D'excellentes fêtes,

Pour plus de renseignements, vous pouvez contacter **Estelle Guillard** :  
[guillard.estelle@gmail.com](mailto:guillard.estelle@gmail.com)

## 2- Commission Matériel (Yvon C.)

Concernant la Commission Matériel, ces deux derniers mois n'ont pas été marqués par beaucoup d'événements remarquables, ce qui est plutôt bon signe ! Je suis d'autant plus satisfait de constater l'implication des encadrants dans le rangement et l'entretien du matériel avant et après chaque séance. Cette rigueur est essentielle pour que nos plongeurs et plongeuses, futurs membres du club, assimilent ces gestes répétitifs mais importants, garantissant ainsi le bon état du matériel collectif et personnel.

La saison 24/25 a révélé quelques petits dysfonctionnements dans le matériel de plongée. Cependant, grâce à la vigilance de toute l'équipe et des membres qui remontent systématiquement les informations, nous parvenons à maintenir un entretien régulier et efficace.

Sachant que le travail de la commission se fait souvent dans l'ombre, je souhaite instaurer, pour la saison 25/26, quelques demi-journées dédiées où les volontaires pourront venir donner un coup de main à l'équipe. Ce sera une excellente occasion de renforcer la cohésion et de partager ce savoir-faire précieux.

Toute l'équipe de la Commission Matériel vous remercie et vous souhaite de très bonnes fêtes.

Pour plus de renseignements, vous pouvez contacter **Yvon Chevalérias** :  
[yvongesma@yahoo.com](mailto:yvongesma@yahoo.com)

## 3- Commission Technique (Pascal G)

### Quelques nouvelles sur ce mois décembre :

La première séance théorique N1 a eu lieu dans notre nouveau local ; nous avons apprécié l'espace et la chaleur. La présence de nos moniteurs E1 sur cette formation a montré (si c'était à prouver) toute leur implication sur cette formation.

Les N2 poursuivent leur apprentissage théorique dans les mêmes conditions sous la houlette du binôme Angélique et Estelle.

Les formations pratiques en piscine se télescopent : beaucoup de monde sous l'eau entre les N1, N2 et N3.

3 RIFAP ont été validés, il reste à finaliser les quelques un(e)s qui restent.

Une formation de secourisme pour les Anteors a eu lieu avec un thème sur l'oxygénothérapie sous le contrôle de Christian Preignard.

7 monitrices et moniteurs (Angélique, Monique, Aline, Nathalie, Frédéric, Christian, Pascal) ont suivi les stages EH1 (Angoulême) puis EH1+ (Périgueux) afin de pouvoir effectuer des baptêmes et formations de personnes en situation de handicap ; toutes ces cadres ont été validés.

### Perspectives pour Janvier

N1 : le deuxième cours théorique se situera le mercredi 7 janvier, toujours au local. Il sera maintenant temps de penser à l'organisation de la sortie du dernier week-end de mai : le bateau est réservé chez Planet océan . Il reste à organiser l'hébergement.

N2 et N3 : le travail en piscine reste limitatif, l'autonomie se travaille en milieu naturel. L'organisation des sorties est déjà actée.

Merci aux encadrants qui donnent de leur temps pour le bon déroulement de ses formations.

Rendez vous le lundi 5 janvier pour la reprise , n'oubliez pas de vous inscrire pour la galette du 17/01 salle du Gond Pontouvre.

Bonnes fêtes à tous,

Pour plus de renseignements, vous pouvez contacter **Pascal Giraud** :

[mptgiraud16@gmail.com](mailto:mptgiraud16@gmail.com)

## 4- Nage Avec Palmes et Nage en Eaux Vives (Annie F)

Le 2 novembre avait lieu la première édition de La Marée Andernosienne ( 1500m ou 3000m dans le bassin d'Arcachon). Nous étions 6 compétiteurs inscrits sur le 3000m et 1 juge chrono.



Ce qui s'annonçait comme une petite nage cool dans le bassin s'est transformé en une lutte dans un fort clapot qui rendait très difficile les prises de repères.

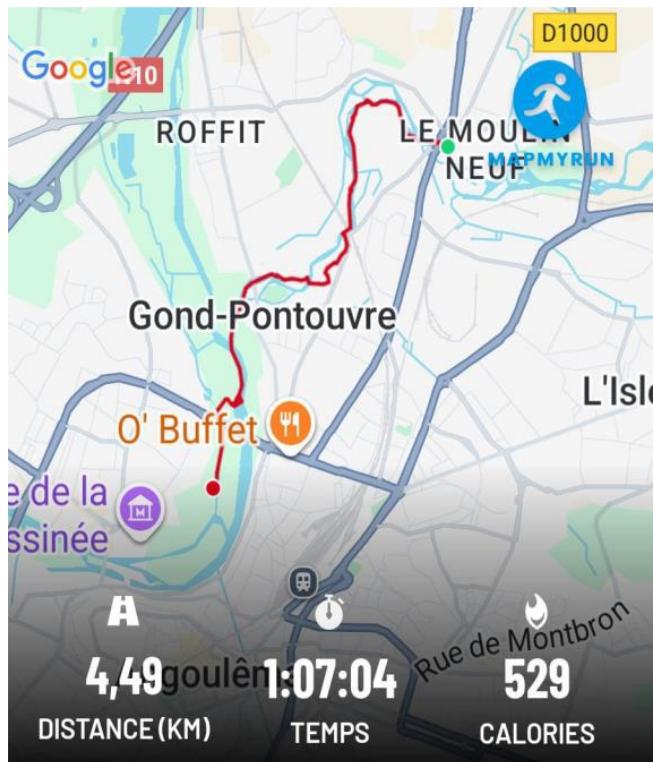


Mais les Gesmaliens terminent tous la course et repartent avec 4 médailles : Monique en +70 et un podium 100% gesmalien en +60.



## Dimanche 28 décembre :

Pour fêter dignement la fin d'année les pères Noël Gesmaliens se sont retrouvés dans la bonne humeur pour une nage en flotteur entre Touvre et Charente :

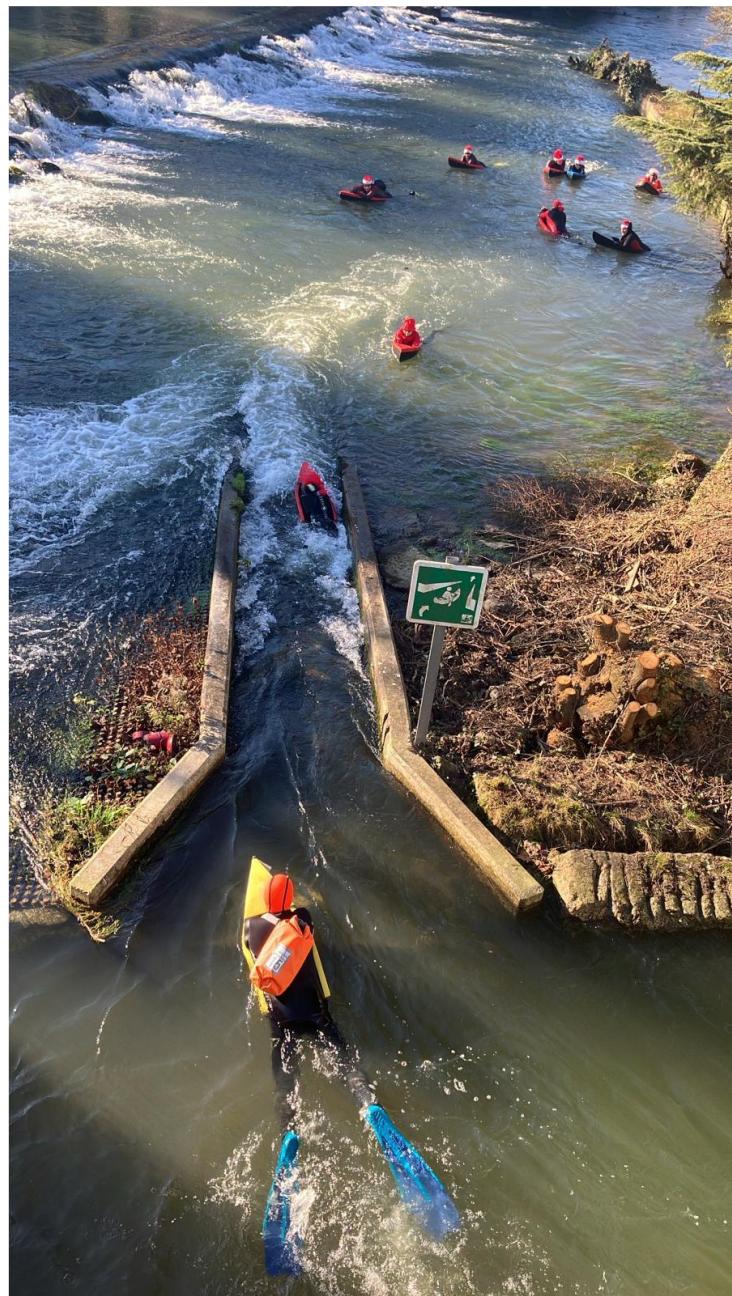


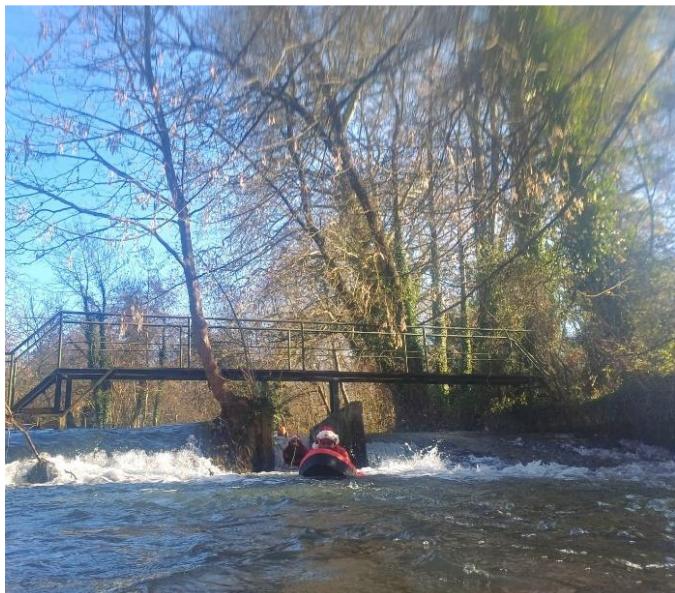
4,4km dans une eau un peu fraîchounette mais même pas peur !

529 calories dépensées mais bien le double de repris tant les pâtisseries étaient nombreuses à l'arrivée.

Bravo à ceux et celles qui ont fait ce baptême d'eau vive avec nous.









### A vos agendas :

- 24 janvier : soirée ludique nage CODEP 16 à Nautilus organisée par le Gesma. Pensez dès aujourd'hui à préparer des équipes de 3.
- 8 mars : Selectif NEV ( flotteur)à Bordeaux
- 28 et 29 mars à Brives : Championnat régional multiactivités ( détails à venir)
- 26 avril Championnat France NEV à Giens (Loire)
- 7 juin Challenge François 1er à Cognac

D'autres compétitions piscine ou milieu naturel vous seront proposées quand les dates seront validées.

Pour plus de renseignements, vous pouvez contacter **Annie François** :  
[annie.francois16@hotmail.fr](mailto:annie.francois16@hotmail.fr)

**L'ensemble du Comité Directeur du  
GESMA vous souhaite ainsi qu'à vos  
proches de très bonne fêtes et une super  
subaquatique année 2026 !**



**Retrouvez également les comptes-rendus du Codir  
et des AG sur le site :**

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

---

**Contactez-nous :**  
**[secretaire-gesma@plongee-gesma.com](mailto:secretaire-gesma@plongee-gesma.com)**