

GESMA News

N° 20 du 31/03/2026

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- Plongée Sportive en Piscine (Estelle G)
- 2- Nage Avec Palmes et Nage en Eaux Vives (Annie F)
- 3- Apnée (Marc M)
- 4- Sortie plongée à St Lin (François B)

Bientôt au GESMA :

- 1- Nage Avec Palmes et Nage en Eaux Vives (Annie F)
- 2- Commission Biologie (Romuald G)
- 3- Commission Plongée Loisir (Cyrille C)
- 4- Autres dates importantes à retenir (Michel D)

Ça s'est passé au GESMA :

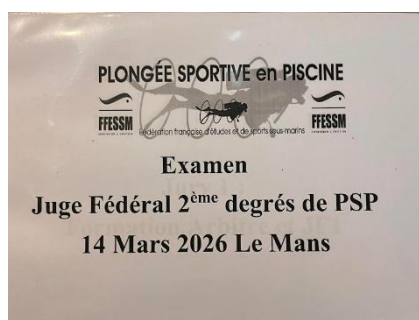
1. Plongée Sportive en Piscine (Estelle G)



Le samedi 28 février a été organisé une soirée PSP par le codep16 ou une bonne dizaine de gesmaliens, gesmaliennes ont participé. Elle fût bien appréciée en raison de sa convivialité. Tous les plongeurs ont pu participer. Aucun niveau n'était exigé afin de faire découvrir cette activité de façon ludique.



Samedi 14 mars, Estelle GUILLARD a été reçue à l'examen de JF2 (juge fédéral 2^{ème} degré)



La saison n'est pas encore terminée encore de beaux entrainements à venir les 1ers mercredis du mois.

2. Nage Avec Palmes et Nage en Eaux Vives (Annie F)

8 mars à Bordeaux : Sélectif NEV pour le Championnat de France du 26 avril

- 6 participants ont représenté le département,
- 5 du GESMA : Claude Pelletier
 - Alain et Monique Archambaud
 - Christian Jouin
 - Maxime Debailleul
- 1 de l'ACERS : Clélia Hersigny



Cette année le brouillard a cédé la place à un beau soleil. L'ambiance était toujours aussi Sympa.

Nous repartons avec 4 médailles :

Claude, Monique, Clélia et...Maxime dont c'était la première compétition NEV

Tous sont qualifiés pour le Championnat de France qui aura lieu sur La Loire à Gien le 26 avril.



Les inondations de cet hiver ayant déstabilisé les berges des rivières, les clubs du Roc (Royan) et CPSA (Saint Jean d'Angely) n'ont pu faire les reconnaissances en temps voulu et ont dû annuler : La descente de la Seudre et La Boutonne.

3. Apnée (Marc M)

Soirée amicale d'apnée à Cognac jeudi 5 mars 2026 :

Comme chaque année, rencontre toujours aussi sympathique avec la participation des 5 clubs du département, regroupant au total 52 personnes. Merci à tous les apnéistes du club présents ainsi qu'à Estelle et Nathalie qui sont venues aider.



Championnat régional à Brives les 28-29 mars :

7 compétiteurs et 4 bénévoles du GESMA étaient présents. De très belles performances, 10 médailles et de nombreux records personnels largement dépassés. Bravo à toutes et tous, avec une mention particulière pour Julie qui avait demandé à concourir avec les seniors et qui a été médaillée dans toutes les disciplines !

<p><u>Statique :</u></p> <p>🏆 Caroline : 5'38 (Championne Nouvelle-Aquitaine)</p> <p>🏆 Marc : 7'34 (Champion NA)</p> <p>🏆 Agnès : 5'12</p> <p>11° Florimond : 3'57</p> <p><u>Dynamique monopalme :</u></p> <p>🏆 Julie : 150m (Vice-Championne NA)</p> <p>🏆 Mélodie : 127m</p> <p><u>Dynamique Bipalmes :</u></p> <p>🏆 Marc : 173m (Vice-Champion NA)</p> <p>5° Mélodie : 115m</p> <p>16° Florimond : 82m</p>	<p><u>Dynamique sans palmes :</u></p> <p>🏆 Olivier : 191m (Champion NA)</p> <p>🏆 Julie : 103m</p> <p>5° Mélodie : 88m</p> <p>6° Agnès : 77m</p> <p>7° Marc : 124m</p> <p><u>Sprint 100m speed :</u></p> <p>🏆 Julie : 51" (Championne NA)</p> <p>🏆 Olivier : 42"</p> <p>« Accessoirement », Julie et Olivier ont validé les minimas pour espérer pouvoir participer aux Mondiaux en juin à Belgrade.</p>
--	---

Ce championnat multi-activités aura aussi été riche en partage avec les compétiteurs et bénévoles des autres commissions (NAP et PSP). Une super initiative du comité régional Nouvelle-Aquitaine à réitérer !



Un vrai esprit d'équipe dans ce sport individuel !

Formation Apnée :

Les cours théoriques de la formation "Apnéiste piscine" sont terminés. Merci à Caroline et Mélodie, IE2 en formation pour leur implication. Le verdict dans quelques semaines avec l'examen théorique !

Bon courage à Mickaël pour la poursuite de sa formation de moniteur-entraîneur MEF1 apnée.

4. Sortie plongée à St Lin (François B)

Le 07/03/26, quelques vaillants plongeurs du GESMA sont allés à la carrière de Saint Lin pour certains faire de l'autonomie (Yvon, Christian C, Gérald) et pour d'autres, les élèves (Virginie, Stéphane, Cyrille) en formation N3, faire de la technique avec leurs moniteurs (Nathalie et François).

Au programme de cette belle journée, deux plongées dans une eau que beaucoup ont trouvé fraîche (8-9 °C à 30 m) mais le repas de midi pris à l'extérieur sous un beau soleil nous a permis de récupérer quelques calories entre les deux plongées !



Bientôt au GESMA :

1. Nage Avec Palmes et nage en Eaux Vives (Annie F)

Dates à retenir :

- 26 avril : Championnat France NEV à GIEN (La Loire)
- 01 mai : Traversée d'Angers NAP et NEV
- 07 juin : Challenge François 1^{er} à Cognac NAP et NEV
- 05 juillet : descente du Cher à Chenonceaux NAP et NEV
- 05 juillet : descente du Cher à Chenonceaux NAP et NEV

Pour plus de renseignements, contacter Annie François :

annie.francois16@hotmail.fr

2. Commission Biologie (Romuald G)

Formation Plongeur Biologiste niveau 1 (PB1) :

- La première partie théorique s'est déroulée le samedi **14 mars de 08h30 à 18h** et a été suivie par 10 candidats. La deuxième se déroulera le samedi après-midi **28 mars de 13h à 18h**, et la troisième le samedi après-midi **11 avril de 13h à 18h**. Les exposés de ces formations se déroulent en **présentiel**, dans les locaux du CDOS à SAINT YRIEIX. La partie théorique sera complétée en fin de cursus, par auminimum **une séance en visioconférence**, avant la découverte de l'estran, pour la révision des différents groupes d'espèces et leur reconnaissance. Ces séances, en présentiel et en visio, sont ouvertes aussi aux plongeurs déjà brevetés PB1 ou PB2.



- Pour la partie pratique, les candidats au PB1 doivent, dans le cadre de leur formation, réaliser 4 plongées. La 1ère "plongée" est la découverte et l'exploration, à pied, à marée basse, d'un estran rocheux. Traditionnellement, les rivages de **l'île d'Oléron** se prêtent bien à cet exercice. L'exploration se déroulera le samedi matin 18 avril. Les coefficients de marée sont importants et l'heure de marée basse favorable. Nous y découvrirons de nombreuses espèces propices à la mise en application des connaissances théoriques précédemment acquises.
- Pour les plongées proprement dites, elles se dérouleront à **Capbreton** le week-end des **6-7 juin**, lors d'une sortie associée avec la commission photo. Si les conditions sont favorables, il est possible de réaliser une plongée de nuit. Une deuxième sortie en septembre est traditionnellement organisée.



Découverte de la Biologie sous marine :

Les candidats N2 en formation recevront, dans le cadre de leur formation une initiation théorique à la biologie sous-marine le 20 avril.

Une séance de deux exposés sur la vie sous marine, dont la date reste à préciser, sera proposée dans les mois qui viennent. Elle se déroulera soit en visio si les intéressés sont nombreux soit en présentiel si nous sommes en petit comité. Un des exposés concernera l'utilisation des outils chez les poissons et sera présenté par Juliette Tariel Adam. Le titre du deuxième sujet sera choisi par les candidats PB1.

Tous les plongeurs intéressés par la vie sous-marine sont conviés à participer aux sorties organisées dans le cadre de la formation des PB1. La découverte de **l'estran rocheux** sur l'île d'Oléron du week-end des 18 avril ainsi que la sortie organisée par les commissions bio et photo à **Capbreton** les 6 et 7 juin sont ouvertes à tous. La sortie de juin est déjà quasi complète. Il reste une place dans un logement pour une plongeuse.

C'est l'occasion, pour les plongeurs déjà brevetés PB1 de rafraîchir leurs connaissances et pour les plongeurs PB2 d'encadrer les explorations pour leur partie biologie.

Pour plus de renseignements, contacter Romuald Gabard :

r.gabard@wanadoo.fr

4. Commission Plongée Loisir (Cyrille C)

La commission plongée loisir vous partage le calendrier des sorties pour 2026.

- Une sortie sur **BREST** aura lieu du 1 au 3 mai. Complet.
- La sortie **Cala Montjoi**, Espagne prévue du 14 au 17 mai 2026 est annulée. Prévues sur le week-end de l'Ascension, cette sortie n'a pas rencontré son public. En raison du faible nombre d'inscriptions (5), cette sortie a été annulée.
- La sortie sur **Estartit**, Espagne aura lieu du 9 au 15 juillet 2026. Complet
- Une sortie sur **Porquerolles** du 30 août au 5 septembre. >> **Inscriptions en cours**
Cette sortie prévoyant 10 plongées est ouverte à tous les niveaux et accompagnants.
- Une sortie sur **Sharm El Sheikh**, Egypte du 24 octobre au 1^{er} Novembre. Complet

Sortie conviviale de 5 jours sur **l'île de Porquerolles** du 30 août au 5 septembre

Le GESMA organise sur l'île de Porquerolles dans le Var un séjour de **5 jours et 10 plongées**.



Il est **ouvert à tous niveaux de plongée**, y compris N1 en cours de formation à condition d'être diplômé à la date du séjour. Les accompagnants non-plongeurs sont les bienvenus dans la limite des places disponibles.

Le budget est de 925€ ⁽¹⁾ pour les plongeurs et 565€ ⁽²⁾ pour les accompagnants.

Les plongées sont assurées par le **club Ileo plongée** situé sur la belle plage de la Courtade.

L'hébergement en pension complète dans le **centre de l'IGESA** situé à 100m de la plage.

(1) Budget plongeur, comprend l'hébergement 6 nuits en pension complète, les 10 plongées et taxes éventuelles.

(2) Budget accompagnant, non prioritaires, comprend l'hébergement 6 nuits en pension complète.

Pour plus de détail et votre inscription, je vous invite à consulter le mail qui vous a été envoyé.

Pour tous renseignements complémentaires, s'adresser à

Organisation plongée : Jean-Noël MESMIN au 06 12 48 32 32 ou par mail jnmbussy@yahoo.fr

Organisation séjour : Cyrille CHASSAING au 06 33 42 05 83 ou par mail commission.loisirs-cyrille@sfr.fr

N'hésitez pas nous faire part de vos idées, nous faire profiter de vos expériences et à partager vos bons plans.

Vos contacts

Le compte **whatsapp** GESMA Général

Cyrille Chassaing, commission plongée loisir :

par mail : commission.loisirs-cyrille@sfr.fr

ou portable : 06.33.42.05.83

5. Autres dates importantes à retenir (Michel D)

- Samedi **25 avril 2026** : sortie **technique Niveau 2** ;
- Du jeudi **30 avril** au dimanche **3 mai 2026** : sortie **plongée à Brest** ;
- Du vendredi **22** au dimanche **24 mai 2026** : sortie **technique Niveau 3** ;
- Dimanche **26 avril** formation **RIFA** au CDOS ;
- Du jeudi **7** au dimanche **10 mai** sortie **technique N3** ;
- Du vendredi **22** au dimanche **24 mai** sortie **technique N3** ;
- Du vendredi **29** au dimanche **31 mai 2026** : **validation Niveau 1** à Hendaye ;
- Sortie **Bio et Photo-Vidéo** du **5 au 7 juin 2026** à Capbreton
- Du vendredi **12** au dimanche **14 juin 2026** : sortie **technique Niveau 2** ;
- **Mercredi 17 juin 2026 : BBQ de fin d'année** du GESMA à la salle de la Combe à St Yrieix à partir de 19h00 → inscriptions sur le site à venir
- Vendredi **26** au dimanche **28 juin 2026** : **validation Niveau 2** ;
- Jeudi **23 juillet** : été actif Chalais ;
- Vendredi **24 juillet** : été actif Baignes
- Jeudi **30 juillet** : été actif Gardes le Pontaroux
- Vendredi **7 août** : été actif Montmoreau
- **Forum du sport** les **5 et 6 septembre** à l'Espace Carat
- **Nettoyage de la Charente** à confirmer le samedi **19 septembre 2026**

Retrouvez également les comptes-rendus du Codir
et des AG, ainsi que l'agenda du GESMA sur le site :
<https://www.plongee-gesma.com/site/2025/03/14/cr-bureau-2025/>

Contactez-nous :
secretaire-gesma@plongee-gesma.com