

GESMA News

N° 12 du 28/02/2025

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- Apnée
- 2- Commission Technique
- 3- Nage Avec Palmes

Bientôt au GESMA :

- 1- Apnée
- 2- Biologie sous-marine
- 3- Commission Technique
- 4- Nage Avec Palmes
- 5- Commission Photo-Vidéo
- 6- Vie du Club

Ça s'est passé au GESMA :

1. Apnée

Trophée Garonn'Apnée, compétition régionale d'apnée

Belle moisson de médailles pour les apnéistes du Gesma lors du Trophée Garonn'Apnée le dimanche 19 Janvier à Agen.

- 🥇🥈 Agnès et Caroline prennent les 2 premières marches du podium avec 4'40" et 4'31" ;
- 🥇 Julie : 1^{ère} place jeune en dynamique Monopalme avec 104,80m pour sa première compétition ;
- 🥉 Marc : 3^{ème} au Statique avec 6'37" ;
- 🥇🥈 Olivier : 1^{er} en Dynamique Sans Palme avec 185,60m et 3^{ème} en dynamique Monopalme avec 220,50m.
- Et une 2^{ème} place en équipe au Prun'Athlon et son lot d'épreuves uniques au monde 🏆



Charente Apnea Contest

Le weekend du 15-16 février, 63 compétiteurs et presque autant des bénévoles étaient réunis sous l'égide du CODEP16 pour la première édition du Charente Apnea Contest, compétition d'apnée sélective pour les Championnats de France organisée à Nautilus.



Malgré le petit coup de stress matinal lié au mur qui ne voulait pas se baisser dimanche matin, la compétition s'est parfaitement bien déroulée, notamment grâce à la participation des 5 clubs du département.

Adossée à cette compétition, une formation de juges apnée a doté le département de 11 nouveaux JFA1, dont 7 Gesmaliens.



Les 11 compétiteurs du GESMA qui étaient inscrits ont récolté 5 médailles d'or et une médaille de bronze, avec une mention spéciale pour Rémi qui a été le seul compétiteur de la rencontre à faire l'intégralité des épreuves, dont le terrible 8x50m. BRAVO à lui !!!

- 🥇🥇🥇 Julie, la plus jeune compétitrice de l'évènement a fait trois 1^{ères} places en dynamique monopalme (105 m), dynamique sans palmes (55,50 m) et 2x50 (1:06).
- 🥇🥇 Olivier a terminé 1er en statique (6'31") et a battu Guillaume BOURDILA de quelques centimètres en dynamique sans palmes (187,20m) !
- 🥉 Rémi a vaillamment terminé 3^{ème} du 8x50m (8'53")

Ce super weekend s'est terminé par une épreuve ludique, le CAGOUILLATHLON, et un repas convivial avec tous les compétiteurs et bénévoles.



APNÉE PISCINE (CODEP16)

Première édition réussie et une jeunesse prometteuse

Le Charente Apnea Contest 2025, organisé par le Comité Départemental de la Charente (CODEP16) les 15 et 16 février 2025, a réuni 60 compétiteurs à Nautilis. Une 1^{re} édition marquée par des performances remarquables, notamment chez les jeunes athlètes. Cette compétition n'aurait pas pu voir le jour sans l'implication des cinq clubs charentais affiliés à la FFESSM (ACERS, CSA de la BA709, CSAR-PSM, GESMA et Le Masque et La Palme), ainsi que de nombreux bénévoles et juges officiels de toute la France. Gérard Dezier, maire de Gond-Pontouvre et élu d'Angoulême en charge de l'apnée lors de la



Julie Mounier (au milieu) et ses adversaires se sont vu remettre une BD par les organisateurs.

Ça va buller à Nautilis !

L'espace aquatique Nautilis accueille une compétition régionale d'apnée ce week-end à Saint-Vivien. 63 apnéistes sont attendus dont Olivier Élu, une figure de l'apnée.

Après les Antilles, c'est à Nautilis que se déroulent les championnats de France de plongée sous-marine. Le grand plongeur du monde, Olivier Élu, est attendu à Saint-Vivien. Le week-end sera marqué par des performances remarquables, notamment chez les jeunes athlètes. Cette compétition n'aurait pas pu voir le jour sans l'implication des cinq clubs charentais affiliés à la FFESSM (ACERS, CSA de la BA709, CSAR-PSM, GESMA et Le Masque et La Palme), ainsi que de nombreux bénévoles et juges officiels de toute la France. Gérard Dezier, maire de Gond-Pontouvre et élu d'Angoulême en charge de l'apnée lors de la



2. Commission Technique

Un petit tour d'horizon pour faire un bilan sur le plan de la technique en plongée pour la première moitié de saison.

Formations :

- **N1 : 23 élèves** en formation avec une présence assidue.
- **N2 : 15 élèves** avec une bonne dynamique.
- **N3 : 4 élèves.** Il a été décidé de maintenir la formation théorique pour permettre aux deux stagiaires MF1 de faire des cours N3 sous le tutorat d'Olivier Louarme. La formation pratique aura lieu la saison prochaine.
- **N4 :** nos candidats poursuivent leur formation avec le CODEP16. L'examen Théorie Décentralisée organisée par le CODEP 16 FFESSM se déroulera le Dimanche 23 Mars 2025 au CDOS de la Charente.

L'inscription sur les baptêmes permet de mieux gérer les blocs sur le bord.

L'initiation à l'apnée sur les premiers mercredis semble correspondre à une attente et satisfait les personnes qui participent.

Merci à tous les moniteurs bénévoles qui donnent de leur temps pour le bon fonctionnement de la formation.

La mise en place des contraintes liées à la plongée en fosse semble avoir été adoptée. Merci aux responsables du matériel pour leur boulot.

3. Nage Avec Palmes

Le 2 février, la galette du Gesma à peine digérée, les gesmaliennes et gesmaliens ont bravé le brouillard et les frimas hivernaux dans la Garonne.

Excellents résultats pour les 5,7 km **Nage en Eau Vive** entre le pont de pierre et le pont d'Aquitaine.

- 1ere feminine au scratch et 1^{ère} Master 3 femme: Clelia Hersigny: 34'39.16
- Master 4 femme : 1ere Annie François :36'01.95
2^{ème} Monique Archambaud :36'07.17
- Master 4 homme : 2^{ème} Alain Archambaud :35'39.67
4^{ème} Christian Jouin :36'02.89
- Alain, Monique, Clelia, Annie et Christian sont qualifiés pour le championnat de France à Etel.
- Claude Pelletier malade et non partant aura d'autres occasions pour se qualifier.



Le 8 février Nage du CODEP organisée cette année par le CSAR :

18 nageurs et apnéistes ont défendu les couleurs du GESMA sur cette rencontre ludique



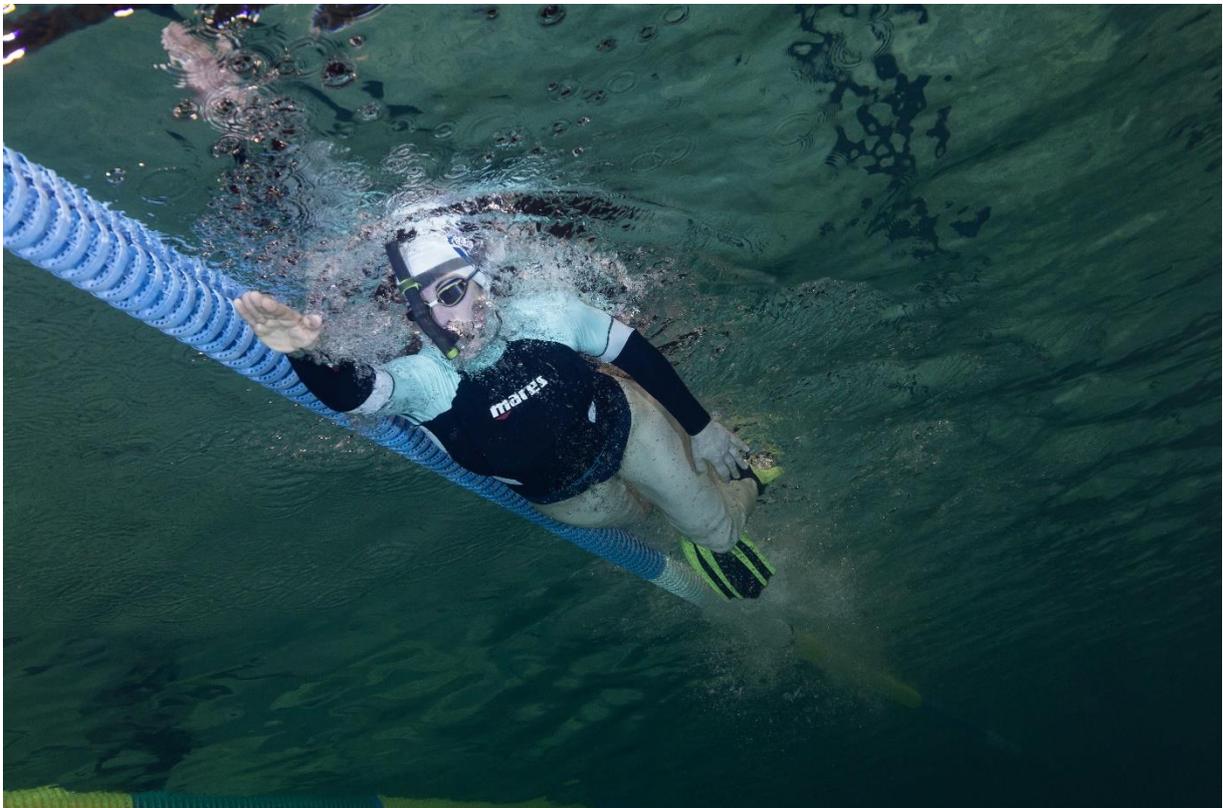
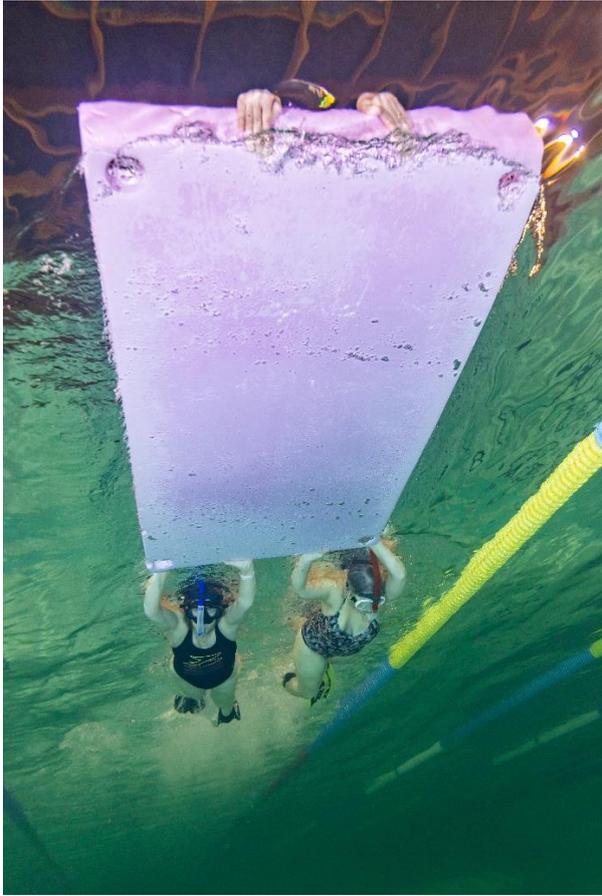
Les plus courageux se sont affrontés sur l'australienne, Olivier Elu la remporte chez les garçons, Julie chez les filles



Equipe mixte nage apnée



Les flabelines n'ont pas hésité à se joindre à nous et ont apprécié la bonne humeur qui caractérise cette rencontre.



Bientôt au GESMA :

1. Apnée :



A noter :

- La formation Apnéiste piscine : débute le 20 février
- Rencontre amicale d'apnée à Cognac le **jeudi 20 mars à 19h à Cognac** : **Venez nombreux !**
- Chaque premier mercredi du mois, des séances « **Découverte-initiation** » sont proposées à tous, n'hésitez pas à venir tester l'apnée ! **Prochaine séance mercredi 12 mars 2025**. Inscrivez vous en cliquant sur le lien suivant :

<http://www.plongee-gesma.com/site/events/seance-initiation-apnee-2/>

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

2. Biologie sous-marine

Une **formation Plongeur Biologiste 1er degré** est ouverte cette année pour les plongeurs N2 (déjà brevetés ou en cours de formation). Elle se déroule pour la partie théorique sur 2 journées, à Angoulême, le **dimanche 16 mars et le samedi 05 avril**.

Pour la partie pratique, une **sortie découverte de l'estran rocheux** est prévue le **dimanche 30 mars, sur l'île d'Oléron**. Elle sera complétée par une **sortie plongée d'exploration**, jumelée avec celle de la commission photo du GESMA, le week-end du **17-18 mai, à Capbreton**. C'est l'occasion de garder de superbes souvenirs photos et de pouvoir identifier au sec les espèces rencontrées sous l'eau. Dans l'hypothèse où certains ne seraient pas disponibles pour cette sortie, une autre devrait être organisée en septembre.

L'estran du 30 mars est ouvert aux plongeurs en formation PB1 mais aussi bien sûr à ceux déjà brevetés PB1, dont une des missions est de faire découvrir la biologie sous marine aux plongeurs novices.

Pour les plongeurs déjà brevetés PB1 et qui désirent remettre leur connaissances à jour, une **soirée visio conférence** de récapitulation des différents groupes et des clés de détermination aura lieu le **mardi 25 mars de 20h à 22h**.

Pour plus de renseignements contactez Romuald Gabard :
r.gabard@wanadoo.fr

3. Commission Technique

Une formation et une séance de révision RIFA se mettent en place ; pensez à vous inscrire sur le site du club :

- Formation RIFA : <https://www.plongee-gesma.com/site/form-view/73>
- Révision RIFA : <https://www.plongee-gesma.com/site/form-view/72>

Cette deuxième partie de saison va nous amener à préparer les sorties de validations. Pensez aux organisateurs, soyez réactifs pour les inscriptions.

Pour plus de renseignements contactez Pascal Giraud:
mptgiraud16@gmail.com

4. Nage Avec Palmes

Dates à retenir en mars :

- Samedi 15 : soirée ludique gesmalienne multiactivités, informations à venir
- Dimanche 23 mars : 1^{ère} rencontre NAP de la saison Descente de la Seudre à Saujon (2km)

Pour plus de renseignements contactez Annie François :
annie.francois16@orange.fr

5. Commission Photo-Vidéo

La prochaine réunion de la Commission Photo-Vidéo aura lieu le **Le mardi 18 mars 2025 de 20h à 22h à Montauzier.**

L'ordre du jour proposé est le suivant :

- Underwater pics et expo photo juin 2025 (animateur : Fred Damato) ;
- Chaque participant amène 10 photos de son choix pour visionnage et commentaires constructifs ;
- Autres sujets à proposer ...

Tous les adhérents du GESMA qui désirent découvrir et/ou pratiquer la Photo ou la Vidéo sous-marine sont les bienvenus. Sur demande, des séances de formation aux basiques et à l'utilisation de logiciel de traitement sont dispensées.

Vous pouvez retrouver le compte-rendu de la dernière réunion sur notre site: <https://www.plongee-gesma.com/site/2025/02/21/compte-rendu-commission-photo-video-du-18-02-2025/>

Pour plus de renseignements contactez Michel Delage : michel.delage5194@gmail.com

6. Vie du Club

Le samedi 15 mars 2025 :

Le Comité Directeur organise à Nautilus à partir de 19h (Rendez-vous dans le hall à 18h45) une rencontre ludique multi-activités. Diverses épreuves (quasi-olympiques) seront au programme et verront s'affronter des équipes de 3 regroupant un apnéiste, un nageur et un plongeur. Cette soirée qui, nous l'espérons, attirera un grand nombre d'entre vous se terminera au premier étage de Nautilus par un casse-croûte « dinatoire » offert par le GESMA.

Vous pouvez d'ores et déjà vous inscrire (avant le 10 mars dernier délai) sur le site en cliquant sur le lien suivant :

<http://www.plongee-gesma.com/site/form-view/74>

Le mercredi 16 avril 2025 :

Le Comité Directeur vous convie à une soirée « Bouffeplouf » au Logis de la Combe à 21h30. Nous vous proposons d'abrèger la séance de Nautilus à 21h15 et de nous retrouver au Logis de la Combe (Rond-point avant d'arriver à Nautilus) pour partager un moment de convivialité. L'idée est de finir la soirée autour d'un verre de l'amitié et d'un repas « tiré du sac ». Nous vous attendons nombreuses et nombreux ...

Plus d'informations et inscriptions à venir ...

Le mercredi 25 juin 2025 :

Un BBQ de fin de saison aura lieu au Logis de la Combe. Rendez-vous à partir de 18h30. Le Gesma offrira l'apéritif et les grillades. Reste à chaque participant d'amener entrée et dessert, voire fromage (n'est-ce pas Estelle ?) pour une soirée que nous espérons belle et conviviale.

Plus d'informations et inscriptions à venir ...

Retrouvez également le compte-rendu du Codir de janvier sur le site :

<https://www.plongee-gesma.com/site/2025/01/25/cr-bureau-2025/>

Contactez-nous :

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