

# GESMA News

N° 13 du 31/03/2025

**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- Nage Avec Palmes
- 2- Apnée
- 3- Biologie sous-marine
- 4- Vie du Club
- 5- Commission Technique
- 6- Commission Loisirs : Philippines mars 2025

### Bientôt au GESMA :

- 1- Plongée Sportive en Piscine
- 2- Nouveau local à Montauzier
- 3- Nage Avec Palmes
- 4- Apnée
- 5- Biologie sous-marine
- 6- Commission Technique
- 7- Vie du Club

# Ça s'est passé au GESMA :

## 1. Nage Avec Palmes

Activités piscine: montée en puissance des entraînements pour les nageurs confirmés en vue des rencontres en milieux naturels.

Descente de la Seudre (Saujon) 23/03/2025 : 53 participants 3 du GESMA sur 2 km. Résultats par catégories :

- Espoir femme 30 /40 ans

1° Virginie Girard en 26'18" en NAP

- Vétéran 60 ans et +

1° Éric Soulan en 25'50" NAP

- 60 et +

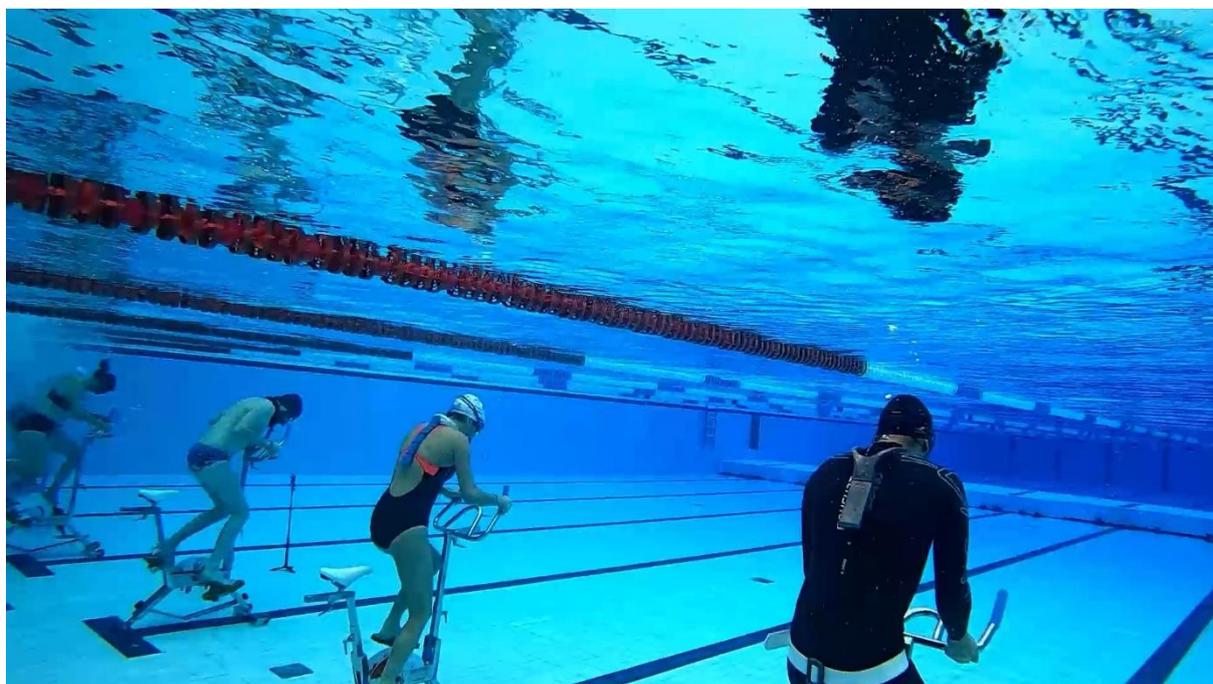
2eme Pelletier Claude en 24'50" (Appui)

## 2. Apnée : un mois de mars plus calme

Formation apnéiste piscine : 2 adhérents du GESMA suivent la formation. Cours théoriques terminés, validation en mai.

Rencontre amicale d'apnée à Cognac : seulement 9 apnéistes du GESMA mais soirée toujours aussi sympathique et bien organisée.

Participation d'Olivier ELU au Trophée du Pastel à LAVAU le 16 mars : 1ère place en apnée dynamique sans palmes avec 202,65m



### 3. Biologie sous-marine

- Fin de la formation théorique des plongeurs PB1 promo 2024-2025 et début pour la promo 2025-2026. Nous avons testé une soirée de révision des caractéristiques des différents groupes d'espèces en visio. Au vu de facilité d'organisation, cela pourra être renouvelé pour d'autres sujets. Des visios pourront être organisées pour des sujets de découvertes ou d'initiation à des plongeurs "non bios" s'ils en manifestent l'intérêt. N'hésitez pas à suggérer les sujets qui vous motivent.
- Formation pratique des futurs PB1: sortie découverte de l'estran rocheux à l'île d'Oléron le 30 mars.



## 4. Vie du Club

Une soirée mêlant toutes les disciplines pratiquées à la piscine à eu lieu le samedi 22 mars , 25 personnes étaient présentes .

Des équipes de 3 ont été constituées avec un apnéiste , un plongeur et un nageur .

Des épreuves sous forme de relais ont été proposées et au dire des concurrents il fallait faire preuve d' une certaine condition physique. Tout cela à fini par un jeu opposant deux équipes : cela a donné à un drôle de « Bazar ». Des tricheurs ont été repérés !!!

La soirée s'est terminée avec un casse croûte convivial.







Photos Fred Damato et Joël Moreau

Et un grand merci à Pascal pour l'animation ! ...  
... et la simplicité des épreuves...

## 5. Commission Technique

La formation des différents niveaux se poursuit avec toujours autant d'assiduités pour tous .

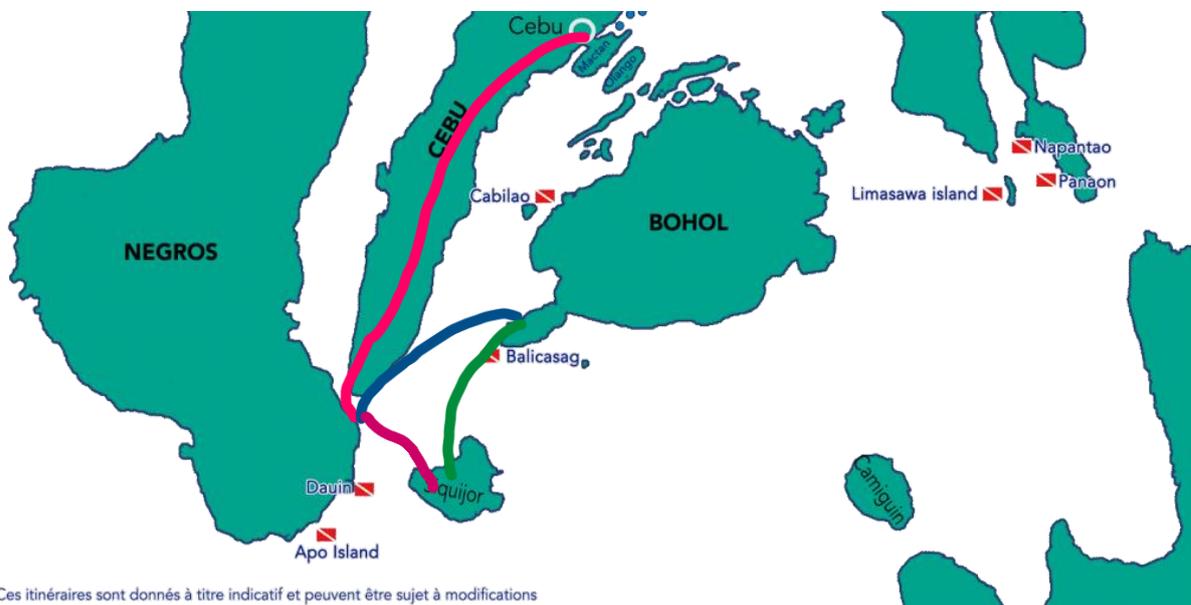
Nos candidates pour le MF1 assurent les cours N3 Et N4 de manière efficace sous la houlette d' Oliver Louarme.

Deux de nos élèves niveau 1 ont plongés aux Maldives avec un retour positif de leur moniteur sur la qualité de leur formation : merci aux encadrants.

## 6. Commission Loisirs

### AU ROYAUME DE L'INFINIMENT PETIT PHILIPPINES 2025 (du 4 au 25 mars)

Nous nous sommes envolés le 04/03/2025 pour CEBU aux Philippines.



Après 3 heures de train ou 4h de voiture (Angoulême – Paris), un peu plus de 20h d'avion (Paris CEBU), 6 heures de van pour rejoindre DUMAGUETE nous voilà sur le premier site de plongée (Zaboanguita)

Et là s'enchaîne une dizaine de plongées (nuit et jour) sur des sites variés : APO Island, Dauin, ... mais aussi visites (cascades, sources d'eau chaude...)



Nous y resterons 5 jours et rejoindrons l'île de BOHOL (10 plongées et une visite des Chocolate Hills et du sanctuaire des tarsiers).



4 d'entre nous rentreront sur Paris et nous continuerons le voyage à 7 pour SIQUIJOR (3 plongées et visite de l'intérieur de l'île), puis nous remontrons sur l'île de Mindoro pour rejoindre Sabang près de Puerto Galera (5 plongées dont une à la rencontre « furtive » des mandarins).

Nous gardons des images plein la tête... nudibranches en pagaille, tous plus colorés les uns que les autres, tortues sur quasiment toutes les plongées, coraux en très bon état, plongées variées, guides aguerris à dénicher l'infiniment petit dont le célèbre hippocampe pygmée.

Sur terre, plusieurs visites nous ont permis de saisir des instants de la vie philippines.

Le dernier groupe a terminé son séjour par Manille et retour vers la France.



# Bientôt au GESMA :

## 1. Plongée Sportive en Piscine:

Estelle Guillard va participer aux formations de futurs arbitres et juges 1 le samedi 12 avril et participer en tant que juge 1 à la compétition régionale le dimanche 13 avril à Brive la Gaillarde.

En ce qui concerne les entraînements les premiers mercredis de chaque mois, la Commission PSP offre aux futurs N1 et N2 une séance découverte de l'activité le mercredi 2 avril prochain.



Pour plus de renseignements contactez **Estelle Guillard** :  
[guillard.estelle@gmail.com](mailto:guillard.estelle@gmail.com)

## 2. Nouveau local à Montauzier

Après avoir fêté ses 60 ans, exploré les mers du monde, un nouveau chapitre va s'ouvrir pour le GESMA durant les vacances de Pâques.

En effet, après des années dans notre bon vieux local de Montauzier, nous avons eu la possibilité d'en obtenir un nouveau.

Nous allons prendre possession du bâtiment de l'O.M.S, toujours dans le quartier de Montauzier.

Pour les Gesmaliennes et Gesmaliens qui ont connu les réunions et formations emmitouffés dans les manteaux , cette période sera très prochainement un mauvais souvenir.

Ce futur local sera composé d'une cave , RDC, et un 1 er étage, (une chaudière fonctionnelle) avec la disposition suivante :

- Cave:
  - flotteurs, bouée , ligne d'eau , portique pour les combinaisons et gilets ( revenant humides des sorties ) et un petit atelier

- RDC :
  - Une pièce pour le compresseur avec stockage des blocs,
  - WC,
  - une autre pièce pour les gilets, détendeurs , combinaisons.
- 1 er étage :
  - une grande salle de réunion / formation de 20 m2
  - une deuxième pièce avec le coin cuisine de 20 m2 et aussi stockage pour le petit matériel Apnée/NAP.

Nous allons avoir besoin d'aide de la part d'un maximum d'adhérents, en effet , le RDC a besoin d'un petit coup de peinture comme la porte d'entrée et certains volets.

Et aussi des bras pour le déménagement, ce n'est pas la distance de 70 m entre les deux bâtiments mais surtout pour le volume et le tri à effectuer ! Les efforts seront récompensés par un bon casse-croûte bien mérité. Nous vous ferons parvenir un email afin de vous tenir informés.



Pour plus de renseignements contactez Anthony Folmer ou Yvon Chevalerias : [mpc.piscine@laposte.net](mailto:mpc.piscine@laposte.net) ou [yvongesma@yahoo.com](mailto:yvongesma@yahoo.com)

### 3. Nage Avec Palmes

#### SORTIES PRÉVISIONNELLES

- AVRIL 2025
  - 6 avril 2025 NEL
    - 26 eme descente de la Boutonne
    - 2 parcours 2,3km et 3 km
  - 12 avril 2025
    - championnat de France a ETEL (56)
    - 4 participants du GESMA ont été sélectionnés à Bordeaux
      - Annie Francois
      - Monique Archambaud
      - Alain Archambaud
      - Christian Jouin
- MAI 2025
  - 1er Mai traversée d Angers NEL et NEV
    - 2 parcours 2,9 et 5 km
  - 18 Mai
    - Challenge Francois 1er Cognac NEL et NEV
    - 2 parcours 2 et 6 km
- JUIN 2025
  - 7 juin traversée du pont de l ile de Ré NEL et NEV
  - 15 juin descente de la Sèvre Niortaise NEL et NEV , ouvert à tous niveaux.

Tous les nageurs désirant à participer aux rencontres programmées peuvent s' informer auprès d Annie Francois ou Claude Pelletier.

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

### 4. Apnée

Les formations apnée en Eau Libre débutent le 16 avril, la validation aura lieu à St Lin le 14 juin.

Finale de la Coupe de France Apnée les 5 et 6 avril à Tours : 6 apnéistes du GESMA engagés.

Championnat régional d'apnée le 13 avril à La Rochelle : 8 apnéistes du GESMA engagés.

Pour plus de renseignements contactez Marc Mounier :  
[marcmounierapnee@gmail.com](mailto:marcmounierapnee@gmail.com)

## 5. Biologie sous-marine

**Pour les activités d'avril et mai:**

- Fin de la formation théorique des plongeurs PB1 promo 2025-2026 le samedi 5 avril. Cette formation est aussi ouverte aux PB1 déjà brevetés, aux PB2 qui désirent réviser.
- Sortie commission bio et commission photos associées le week-end des 17 et 18 mai à Capbreton. Cette sortie est destinée à terminer la formation pratique des 2 promos PB1 mais les plongeurs PB2 sont évidemment accueillis à bras ouverts (dans l'objectif premier du PB2 qui est de faire découvrir le milieu aquatique à des non initiés). N'hésitez pas à vous signaler rapidement si vous êtes intéressés.

Pour plus de renseignements contactez Romuald Gabard : [r.gabard@wanadoo.fr](mailto:r.gabard@wanadoo.fr)

## 6. Commission Technique

Les formations vont rentrer dans la phase de préparation des sorties de validation de fin de saison.

Les élèves vont devoir se préparer sur le plan du physique et aborder la préparation du matériel : essai de combinaison pour les N1, familiarisation avec l'ordinateur, la boussole et le parachute pour les N2.

Pour plus de renseignements contactez Pascal Giraud : [mptgiraud16@gmail.com](mailto:mptgiraud16@gmail.com)

## 7. Vie du Club

### **Rappel : Le mercredi 16 avril 2025 :**

Le Comité Directeur vous convie à une soirée « Bouffeplouf » au Logis de la Combe à 21h30. Nous abrègerons la séance de Nautilus à 21h15 et nous retrouverons au Logis de la Combe (Rond-point avant d'arriver à Nautilus) pour partager un moment de convivialité autour d'un repas « tiré du sac ». Nous vous attendons nombreuses et nombreux ...

Durant cette soirée, la Commission Photo-Vidéo vous proposera 3 courts diaporamas sur :

- Nautilus
- Lanzarote
- Les Philippines

## **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, pour une soirée que nous espérons belle et conviviale.

Plus d'informations et inscriptions à venir ...

**Retrouvez également le compte-rendu du Codir de février 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)**