Le detend'Eure

AONEwS letter

WWW.AONESPLONGEE.FR

WWW.AONESPLONGEE.

AVRIL 2018

SOMMAIRE :

- Edito
- Un peu de Bio
- La plongée Handy
- Une plongée mémorable
- Matos
- L'agenda de fin de saison
- La NEV
- Rêvons un peu...

Voilà la Relève...

Samuel et moi sommes des matinaux. Sans que ce soit régulier, on se téléphone souvent les matins vers 7.30 pour nous raconter nos histoires, (presque) comme les filles : et t'as fait quoi ? Et quoi de neuf ? On se parle de mode (salon de la plongée) , défilés (vidéo & photos), vacances bien sûr, et aussi sorties en boite (fosses). C'est là que ça se corse…

« Sam, je suis embêté pour la sortie du 17, je ne pourrai pas être là, j'ai un avion le 18… ». Et Sam, le président, grande classe, me dit : »t'inquiètes, mon Hugues, on est bien »…il garde dans la voix cette part de mystère, ne me dit rien d'autre, à part « bon , j'te laisse, je suis arrivé »…Et je me retrouve seul dans la forêt de Bord en descente vers Pont de l'Arche avec ma culpabilité : moi, Hugues C, moniteur de plongée et directeur technique, je ne sais pas agencer mon agenda pour aller former à la fosse…

Le mercredi suivant, je vois Raymond, sourire en coin, au mieux de sa forme avec ses N1…Et moi, me rongeant un ongle, tentant d'esquiver… « Raymond, 'faut que j'te dise, je suis désolé, Chartres, le 17, ce sera pas possible. Je suis navré ». Raymond garde son sourire. Pas de problème, on a…(et il commence à m'énumérer la liste des encadrants) : Audrey, Toni, Sophie, Fréderic, Stéphane, et j'en passe…

C'est donc vrai. Sam avait raison (en même temps, c'est le président !) : la pénurie d'encadrants est terminée. Je range ma culpabilité, me dis qu'après toutes ces années c'est plus qu'appréciable de souffler un peu, même si j'aurais aimé y aller quand même.

Et bien qu'épuisé par cet évènement, je décide en ce mercredi soir de fin d'hiver que cette bonne nouvelle mérite bien quelques plongeurs de bassin à partager en causant avec mes copains et copines…

Encore Merci à tous ces nouveaux (et moins nouveaux, mais disponibles) encadrants …

Un peu de Bio...

Pourquoi les plongeurs ont-ils tous un couteau?

Un élément de réponse ici...

« Coquille » en anglais : Shell …Ca rappelle quelque chose, non?

Je suis un mollusque que l'on retrouve le long de nos côtes, on me déguste souvent au moment des fêtes, je suis, je suis ???? La coquille Saint Jacques (« scallops » pour les gourmets qui parlent anglais)

La coquille St Jacques est un mollusque que l'on retrouve dans les eaux allant de la Suède jusqu'au nord de l'Espagne et aussi en méditerranée près de l'Italie. Elle possède une valve (coquille) plate et une seconde arrondi qui sont toutes 2 dentelées. On la trouve le plus souvent sur un fond sablonneux à une profondeur pouvant aller jusqu'à 150m. L'espèce possède à la particularité, rare dans le monde animal des coquillages, d'être munie jusqu'à 200 yeux. Elle est hermaphrodite, sa glande génitale (le corail...) est constituée d'une partie mâle blanche et d'une partie femelle orangée.

Sa pêche est règlementée en France par arrêté ministériel. Elle n'est autorisée, que du 1er octobre au 15 mai pour des tailles supérieures à 10,2 cm. Elle se consomme en tartare, à la bretonne ou encore juste snackée mais c'est bien à 20m sous l'eau qu'elle est la meilleure…

D'où le couteau….

Marie-Noelle, monitrice plongée Handi

Coup de phare sur la plongée Handi...

Grâce à l'arrivée cette saison de 2 moniteurs Handi (les facétieux et sympathiques Marie-Noëlle et Gilles), nous proposons cette année pour la première fois une formation plongée handi au sein du club.

Une formation EH1 moniteur pour personnes en situation de handicap a eu lieu les 17 et 18 février pour l'ensemble de la région Normandie. Onze personnes souhaitant acquérir cette compétence étaient présents. Cette formation s'est articulée entre théorie, règlementation, explication médicale, les transferts les matins.

Formation théorique en salle

Les après-midis étaient dédiés à la pratique, le dimanche après-midi les stagiaires ont pu être en situation réelle grâce à la présence de 4 personnes en situation de handicap dont Pascal Poppeschi plongeur de notre club. Ce moment est essentiel dans cette formation car il permet aux futurs encadrants d'appréhender les spécificités de ces plongées mais aussi la situation de handicap dans toute sa globalité.

Un groupe de moniteurs motivés

Une plongée mémorable...

Pascal, un plongeur motivé, impliqué déjà dans la vie du club

A chaque numéro, nous sollicitons un membre du club, nouveau ou ancien , pour qu'il nous fasse vivre un souvenir sous-marin mémorable. Ce mois-ci, c'est Pascal, nouveau plongeur, interviewé par Sandra, qui nous explique très pudiquement que plonger ,c'est devenu pour lui très important...On peut facilement le comprendre!

Sandra : Pascal, qu'est ce qui t'a amené à la plongée ?

Pascal : C'est Samuel (Fabre) qui est venu me chercher. Ca fait au moins 2 ans mais je reculais tout le temps. J'avais l'appréhension de l'eau et de me retrouver dans un endroit où je n'avais pas pied.

Sandra : Quelles ont été tes premières impressions ?

Pascal : Le baptême a été un peu difficile, à cause de l'appréhension. Mais Gilles et Marie Noëlle m'ont bien rassuré, et ils ont fini par réussir à me mettre la tête sous l'eau.

Sandra : Et maintenant ?

Pascal : Au fur et à mesure des séances, je me sens de mieux en mieux. Maintenant il y a beaucoup de progrès. Au début j'avais besoin de 2 encadrants pour descendre, maintenant je ne suis plus accompagné que d'un seul pour faire le tour de la piscine. Le 18 février dernier, j'ai participé à la formation à Rouen pour les futurs moniteurs Handi.

Maintenant que j'ai pris goût à la plongée, je ne laisserais pas ma place. Tant que je pourrai continuer, je continuerai. J'attends maintenant de découvrir, à mon rythme, d'autres lieux de plongée.

Le Detend'Eure, c'est :

Stephanie P. , Sandra G, Didier M., Hugues C., et Céline P.

C'est Noël au Printemps à l'Aones…

Sujet récurent depuis plusieurs années , nous avons décidé après moult et moult discutions au Codir de changer enfin notre compresseur. Celui-ci va nous permettre de gagner énormément de temps sur le gonflage.

Nous avions le choix de mettre en place des tampons mais après nous être renseignés, ceux-ci étaient trop contraignants à installer, demandaient un suivi règlementaire et cette configuration ne nous faisait pas gagner beaucoup de temps.

Nous nous sommes renseigné chez Tek plongée à Nantes, qui nous a conseillé de prendre un 36m^3/h. Cela triple notre volume de gonflage actuel, donc diminue notre temps de gonflage par trois environ. Nous allons donc nous séparer de notre actuel 13m^3/h, en bon état (ce qui a permis de bénéficier d'une assez bonne reprise) . Pour notre nouvel achat, nous avons aussi bénéficié d'une promotion supplémentaire grâce à l'armée qui a investi sur plusieurs compresseurs identiques. Nous avons pu bénéficier d'un effet de groupe sur un compresseur laissé disponible. Nous avons su profiter de cette opportunité.

Détail qui compte aussi : ce nouveau compresseur est insonorisé. Ce bel engin sera installé prochainement. Fanny Papi, notre trésorière se charge du financement et des subventions à obtenir. Nul doute que cela va aller vite. Nous ne manquerons pas de vous tenir au courant des détails…

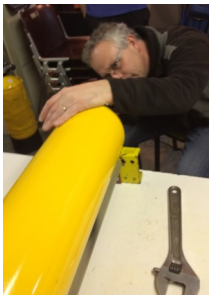
A très bientôt pour vous faire une présentation au local du club.

Didier

Un acquisition de taille grâce à un budget bien géré.

L'agenda de la fin de l'année

Manifestation	Dates	Responsable	Commentaires
5ème manche du Trophée de l'Eure + Sélectif championnat de France	18 mars 2018	François/Yves	Organisé par l'AONES
Carrière de Beaumont	21-22/04/2018	Hugues/Fanny/ Audrey	N1 et N2 avant Erquy
Finale du Trophée de l'Eure et du championnat de Normandie Poses	29 avril 2018	François/Yves	
Sortie Club	WE Ascension	Fanny Papi	ERQUY
Nuit de sports - Baptêmes de plongée	Vendredi 1 juin		
Assemblée Générale AONES Plongée	Samedi 9 juin 2018	Sandra Grandhaye	
Soirée club	Samedi 9 juin 2018		
Sortie Seine	24 juin 2018	François Dumas	
Rando nage 16 km	8 juillet 2018	François/Yves	
Sortie Tenerife	20 au 27 octobre 2017	Sandra Grandhaye	
Croisière Mer Rouge	24/11 au 1/12	Fabrice Papi	



Quelques photos de notre RDV annuel **TIV** avec beaucoup de nouveaux cette année. Merci pour leur coup de main!

Selectif Championnat de France NEV 18/3

114 Nageurs. 30 clubs. 5 régions. L'Aones, la ligue et le CODEP pour organiser. Un coup de main du Kayak pour la sécu. 5km entre Acquigny & Louviers dans une eau à 9°C. On y était. Remerciements aux organisateurs, participants et… Respect…

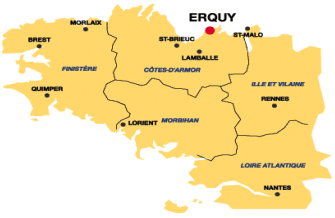
Bientôt pleins les yeux… Bretagne & Canaries…

L'hiver étant terminé, il est temps pour l'Aones de vivre pleinement son activité : plonger en mer.

Lla sortie Bretagne ouvre la saison des séjours plongée 2018. Le 10 mai prochain, une trentaine plongeurs et autant d'accompagnants, partiront pour un long week-end à Erquy dans les Côtes d'Armor. Histoire d'Eau, le centre de plongée de Erquy accueillera notre club pour la seconde fois. Merci à Fanny et Daniel pour l'organisation de cette sortie qui a beaucoup de succès !

Six de nos plongeurs vont faire leurs premières bulles en milieu naturel après une année en piscine et en fosse. Pour Cécile, une plongée dans l'inconnu qui se caractérise par un mélange d'excitation et de petites appréhensions (le mal de mer, le froid). Pour Michel, ce sera un plaisir de découvrir de nouvelles sensations et sans crainte particulière

On leur promet de vivre une aventure extraordinaire ! Les fonds marins Bretons réservent plein de belles surprises et l'après plongée est un moment de partage d'expériences à ne pas négliger !



L'automne étant propice aux plongées en eaux chaudes, histoire de recharger les batteries avant l'hiver, deux destinations sont prévues en octobre et novembre prochain.

Du 20 au 27/10, seize membres de l'Aones partiront à Ténérife dans l'archipel des Canaries.

Sandra, lors du dernier salon de la plongée à Paris àa trouvé une idée de voyage, pas trop loin, pas trop cher, avec du soleil et de l'eau chaude ! Ce sera le centre de plongée La Morena basé à Ténérife (Canaries).

Après quelques échanges convaincants, Sandra nous a proposé cette destination et a organisé le séjour avec ce club situé à Las Galletas au sud de l'île. La région recense une trentaine de sites dans une ambiance volcanique à l'image des paysages terrestres. La faune est un mélange d'espèces atlantiques, méditerranéennes et tropicales. Température de l'eau : 22 à 24°C, correct non ? Et pour l'hébergement ce sera à l'hôtel Anapurna en All Inclusive. De vraies vacances en perspective !

A suivre :Croisière Egypte en Novembre!