

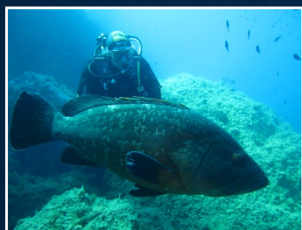


# GUC Plongée Magazine...

## ... des histoires avec et sans bulles



www.guc-plongee.net



### L'édito du Papet

Septembre.2013

Les anciens se rappelleront certainement de notre journal, le Bulle, qui s'est progressivement éteint en panne d'air et donc de bulles. Et pourtant, il y a tant d'informations à partager. Parce que partager nos expériences, nos idées, nos découvertes, c'est aussi donner un sens commun à nous tous, les GUCistes plongeurs. C'est aussi élargir l'horizon de ce qui se pratique au club. Il y a pléthore d'expériences vécues par des individus ou de petits

groupes du club qui méritent d'être partagées. Car le club est un lieu de rencontre et est là pour favoriser les initiatives.

Il y aurait peut-être encore plus de d'activités, et plus de vocations à les organiser, si chacun avait connaissance des petites incursions aquatiques vécues par d'autres et qui apportent tant de satisfaction.

Le GUC Plongée est un club important par la taille, un des plus gros de l'Isère : 200 adhérents cette année ! Et de par sa taille, il a tendance à faire des grumeaux. Il y a l'apnée et les scaphandriers. Il y a les petits niveaux et les plus expérimentés. Il y a ceux qui viennent d'arriver, et ceux qui se connaissent depuis longtemps. Il y a ceux qui aiment les eaux chaudes, et ceux qui adorent le lac, etc... Et l'information ne passe pas toujours très bien.

Mais quel que soit nos affinités, nous avons tous la passion du monde aquatique. Alors partageons-la !

### L'heure du bilan

Quelques chiffres sont là pour nous donner un premier aperçu de l'année. L'assemblée générale de la rentrée sera l'occasion de faire une présentation bien plus complète, mais avant que la saison s'achève l'heure est venue pour faire un bilan.

En plongée ce ne sont pas les chiffres qui nous réjouissent le plus, ni l'exercice le plus attractif et je vous promets nous n'allons pas compter les bulles, ni les heures de plongée, ni même les bars...enfin, ça dépend lesquels ! Mais tout de même c'est important, je crois, que l'on regarde ces chiffres, rien qu'en survol, pour se poser les bonnes questions et trouver les bonnes réponses pour l'année suivante.


Merci Delphine, secrétaire de GUC, d'avoir fouillé les dossiers et sorti ce bilan.

Malgré un hiver qui a commencé avant l'heure pour finir bien après l'heure et qui n'a pas donné envie de sauter à l'eau, nous étions 189 adhérents au GUC plongée pour la saison 2012-2013. Tout ce beau monde choisit son orientation et nous fûmes 139 plongeurs bouteille, dont 9 enfants et 50 plongeurs sans bouteille dont 17 nouveaux

adeptes. Jusque-là le compte est bon!

Parmi les inscrits de chaque section le GUC a le plaisir d'annoncer un nombre en rien négligeable mais bien enviable de lauréats :

21 lauréats N1 sur 27 PN1, 5 lauréats N2 sur 16 PN2, 3 lauréats N3 sur 4 PN3, pas de lauréat N4 cette année sur

les 2 PN4, 4 lauréats dont 1 major  une fois de plus sur 4 PINI, et last but not least 2 lauréats MF1 sur 3 PMF1.



Pour ne pas s'arrêter en si bon chemin et avoir envie de persister et/ou continuer la plongée, avec ou sans bouteille, pour le plaisir des yeux et les sensations offertes par le monde subaquatique, GUC plongée magazine vous raconte, à nouveau,

*...des histoires avec et sans bulles!*

Nicoleta

### Quelques dates à retenir

- 10 septembre 2013, Début des inscriptions (Piscine St. Martin d'Hères)
- 17 septembre 2013, Inscriptions et accès bassin pour les anciens adhérents
- 24 septembre 2013, Rentrée et début des activités
- 21-22 septembre : sortie explo à Fréjus (bénévoles et encadrants)
- 5-6 octobre : sortie explo sur les tombants de Marseille (N3 confirmé)
- 12/13 octobre, la sortie explo de la rentrée à Niolon (tous niveaux)
- 1-3 novembre sortie explo à Fréjus (tous niveaux)



# La traditionnelle sortie bouteille à Bormes les Mimosas

Pour les habitués, fin juin est équivalent avec la sortie Bormes les Mimosas. Comme chaque année Delphine nous a organisé une sortie aux petits soins avec le club Bormes plongée. Les demandeurs étant bien plus nombreux que les places initialement disponibles, la débrouillardise de notre organisatrice a permis de déguster une dizaine de places de plus. Finalement, nous étions une trentaine de plongeurs tous niveaux accueillis sur 2 hôtels et 2 bateaux, mais avec un point de convergence...l'apéro de samedi soir sur la petite colline surplombant la mer! Photos à l'appui !



Après une arrivée vendredi soir au compte goutte en fonction des possibilités de chacun de se libérer, nous nous retrouvons dans les couloirs de l'hôtel Parenthèse un peu perdus à chercher nos chambres respectives, le chemin vers la mer, le club de plongée et le distributeur de liquide pour assouvir nos envies de glaces et autres gourmandises plus au moins liquides et/ou alcoolisées!

Samedi matin au petit déjeuner, les réflexes des plongeurs se réveillent ou dérouillent doucement. Le soleil est au RDV, à Bormes plongée la journée débute avec les papiers et la distribution de matériel. Pendant tout le week-end nous allons plonger accompagnés par Christian, Stéphane et Mirko sur le Nautica et le semi-rigide Caouanne, par des belles journées bien ensoleillées. Le soleil qui nous réchauffe les nombreuses couches de Néoprène et même les combi étanches fait l'unanimité! Les N2, N3 et même les premières bulles qui ont connu les week-ends Niolon par une mer plutôt froide et démontée, sous la pluie ou au mieux un ciel gris et sombre se régalaient sous ce bon soleil de fin juin qui nous offre une mer à 19°C.

En bons grenoblois, nous débutons le week-end de plongée avec la Piste de ski, autre nom sur lequel est connue la Pointe de Montrémian, situé en face de l'île de Port-Cros, à une vingtaine de minutes de bateau depuis le port de Bormes. La pente de sable invite

à une promenade pour retrouver la nombreuse petite faune présente dans les posidonies. La visi n'est pas très mauvaise, le courant, sans être trop fort se fait bien sentir, âmes sensibles s'abstenir à trop regarder la danse de posidonies sinon le mal de mer est garanti ! Pendant cette première plongée yeux avertis, tout comme les yeux débutants peuvent se régaler des poulpes et murènes, des nombreuses anémones. Dans le faisceau de phares les posidonies dévoilent des énormes nacres et crénilabres joliment colorées.

Pour une première plongée, entre le soleil qui brille, la mer plutôt accueillante et le défilé des couleurs nous pouvons affirmer avec une grande certitude que le WE débute plutôt bien!

De retour au club, après le rangement de matériel, nous nous installons pour un court moment pour un rafraîchissement sur les terrasses situées sur le port, avant de retrouver Mme. Anne Marie pour le déjeuner. Ayant l'habitude d'accueillir des plongeurs affamés mais soucieux de bien profiter de leurs déjeuners peu importe la hauteur de vagues ☺ nous nous régalaons avec des salades bien garnies et de bons petits desserts, avant la sieste bien méritée sur les fauteuils du resto, ou dans l'herbe devant le club. Car la journée n'est pas finie, nous retrouvons nos enthousiastes pilotes de bateaux Mirko et Stéphane pour la deuxième plongée de la journée : la Fourmiquie de Lavandou.

Même scénario, dans un ballet des hommes (et des femmes), des bouteilles et détenteurs chacun préparent son matériel avant d'embarquer sur les bateaux pour rejoindre la Fourmiquie, ce petit rocher perdu dans la baie de Lavandou. Une plongée plutôt facile pendant laquelle nous retrouvons des posidonies, des nombreux crénilabres, sars et autres girelles, des spirographes qui se referment à notre passage. Encore un moment fortement agréable que nous partageons tous en remontant sur le bateau. La température de la mer est plutôt plaisante mais le petit thé servi n'est pas de refus pour nous requinquer avant de retrouver le club. Le silence s'installe, chacun trouve une position confortable pour se laisser bercer par les vagues et se repasser sans doute le film de la « visite » sous-marine.

De retour à l'hôtel passons aux choses sérieuses : l'apéro ! RDV sur la colline et je me garderai bien de raconter l'histoire, les images parlent par elles-mêmes : réussite totale !!

Dimanche matin le réveil est un peu moins dur, les bons gestes sont retrouvés, petit déjeuner, le chemin vers le Quai D'honneur, annonce des palanquées, préparation de matériel, bateau...au programme de la journée une épave, Le grec, et LA GABINIERE pour ceux embarqués sur le zod!

Le Grec, épave assez bien préservée, abrite une importante faune.





Des bancs des poissons petits et grands se logent dans la calle de ce bateau coulé avec sa cargaison de vin, après avoir heurté une mine flottante.

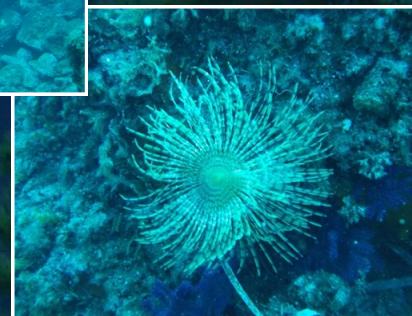
Nous descendons en pleine eau au long du mouillage accroché à la bouée et nous sommes conseillés par le pilote de bateau de débiter rapidement la plongée sans trop trainer sur le sable où il n'y a rien à voir...sans doute pour contredire les dites des habitués, Flo et le Pins tardent sur le fond sableux...et surprise, sont les seuls à apercevoir 1, non 2 poissons lune !! À 40m sont-ils narcosés ou les poissons existent pour de vrai ? Sans être courant de voir des poissons lune dans le coin, ils existent bien dans le coin, la probabilité est bien réelle. Dommage que cette chanceluse palanquée n'avait pas un appareil photo pour immortaliser la rencontre ! Les autres se régalaient également des belles choses, ceux qui plongent à la Gabinière remontent avec l'impression d'avoir plongé dans un

énorme aquarium, mais la plus belle histoire de la matinée qui fait bien des jaloux, est celle de poissons lune. L'après-midi avec la Gabinière pour les uns, la pointe de la Galère pour les autres, ne fait que compléter un tableau haut en couleur et sensations.

Un beau week-end qui donne envie de revenir, nous a comblé avec du matériel pour remplir nos cahiers de plongée...et les pages de ce magazine !



Nicoleta



## Sortie plongée voile sur les Îles de Marseille

Une approche de la mer qui, si elle n'est pas révolutionnaire, est très peu pratiquée. Et pourtant.... Quel plaisir que de marier le plaisir d'être sur l'eau et sous l'eau. Alors nous avons testé pour vous.

Vendredi soir 17 heures, arrivée au centre de voile CNTL du vieux port à Marseille. Nous sommes 6 Gucistes. Enfin 5 Gucistes, et l'ancien trésorier du GUC. Nous sommes tous là à l'heure, Sigo, Lionel, Sergio, Guitoune, Luc, et votre serviteur, prêt à avitailler notre vaisseau océanographique, un fier quillard de 12m et des brouettes (un Bénéteau First 40 pour les connaisseurs). Nous faisons connaissance de notre skipper François, un jeune petit gars très sympa, et l'avenir nous dira qu'il est aussi bon marin. La valeur n'a pas attendu le nombre des années. Bière, rhum et cacahuètes sont sécurisés dans la cambuse. Les blocs gonflés et les équipements prennent leur place dans les grands coffres et se font vite oublier. Vient le partage des cabines. Les deux pires ronfleurs (je tairai les noms) sont cantonnés dans la cabine avant dont toutes les écoutilles ont été calfeutrées. Non je blague ...

Bon tout est prêt. On appareille, on hisse la grand-voile, et nous voilà voguant vers là où le vent nous mène. C'est beau. Direction Frioul, où on se trouve une petite crique pour passer la nuit. Après avoir assuré un solide mouillage pour la nuit, on commence par ... l'apéro. On a pu vérifier que les voileux apprécient autant ces grands moments de convivialité que les plongeurs.

Lendemain, matin petit déjeuner au son des mouettes. Soleil. Calme plat. Discussion sur le lieu de plongée. Il semble que le temps soit propice pour une plongée sur le Veyron. Le Veyron, pour ceux qui n'ont pas encore eu la chance de le visiter, c'est un site de plongée peu fréquen-

té, car assez éloigné (nord-est du Planier) et qui demande une mer calme. Le Veyron est un haut fond culminant à 15m, truffé de galeries très larges et éclairées par des puits de lumière verticaux. Le site est colonisé par mérours, congres, murènes de bonne famille, donc de taille. Excellente plongée qui tient ses promesses. Eau claire. Lumière sur les habitants des cavernes. Ils sont au rendez-vous et daignent à peine saluer les intrus. Après avoir joué au chat et la souris avec quelques mérours respectables, et une rencontre avec un poisson lune, la remontée se fait le long du mouillage. Confort. François et Luc récupèrent les blocs, comme en Egypte ...

Destination suivante Cassis. On met les voiles et on sort le spi. Navigation calme pendant laquelle Sigo s'essaye à barer. Ma foi, elle se débrouille bien. Fièvre comme un bar tabac, la fée Clochette nous emmène à Cassis. Arrivés presque à destination, déception : le port est plein. Direction la Ciotat. Sur place, on en profite pour refaire le plein des blocs. L'occasion pour Guitoune de renouer avec une vieille connaissance du club de plongée local. Ça bavarde un peu. Le soir, excellent petit restau sur le vieux port. La soirée se termine par une promenade à travers le marché nocturne local.







Mais on ne rejoint pas nos couchettes avant d'en finir avec la bouteille de rhum du Père Labat (excellent 59 degrés de Marie Galante) pendant que Lionel nous

passé une musique pop américaine complètement naze des années 40. Ce mec est too much !

Le matin, après les croissants, (merci encore Lionel), nouvelle discussion sur la plongée du matin. Plongée sage sur le bec de Sormiou ? Ou une autre plongée tout aussi sage sur le trou bleu. Finalement, après avoir pesé le pour et le contre, adieu les bonnes résolutions et ce sera une plongée pas sage du tout sur les Impériaux, du large of course. Après tout, le temps est magnifique et la mer calme.

Après une tentative de mouillage infructueuse (ça descend vraiment à pic dans le coin), et les dernières consignes à ne pas dépasser les 50m, c'est l'immersion : ma-

gique, bleue, et vertigineuse. Ce n'est pas pour rien que cette plongée est qualifiée de la plus belle plongée de Méditerranée. Pas parce qu'elle est proche de Marseille, mais simplement parce que c'est la plus belle. Visibilité infinie, tombant vertigineux qui se perd dans les abîmes, gorgones de la taille de baobabs. Cette plongée est trop. Et Sergio s'est laissé aller et a glissé. Narcose à la gorgone Baobab. Il n'a rien pu faire.

Récupération des plongeurs en pleine eau. Au moment de faire surface, le bateau était là ... Bien vu François.

Déjeuner et mouillage sur les Moyades de terre. Conjugaison miraculeuse du bleu marin et du calcaire blanc. Quel tableau pour apprécier le gâteau aux olives, arrosé d'un petit rouge qui va bien.

Retour à la voile à allure très modérée. Poséidon avait définitivement mis KO Eole ce jour-là !

Bilan du week-end : deux des plus belles plongées de Méditerranée, ballades en voilier, un bon restaurant, et le tout dans une ambiance très sympa.

On nous y reprendra encore.

Papet

## L'apnée en compétition - Le trophée Apnealp, 5ème édition

Cette année encore les pratiquants de la plongée en apnée ont pu participer, encourager ou juste regarder le trophée Apnealp 5ème édition. Ouvert aux pratiquants de longue date, aux débutants mais aussi bien à ceux qui ont voulu tester leurs aptitudes, le concours s'est déroulé sur 2 journées, le 24 juin au stade nautique d'Echirolles pour l'épreuve d'apnée statique, suivi le 25 juin par l'é-

preuve d'apnée dynamique à la piscine universitaire de St. Martin d'Hères. Lors de la première journée d'apnée statique Jean-Pascal Sylla de Nautila a décroché la coupe avec 5'34 d'immersion. Afin d'avoir un repère, le record mondial en apnée statique est détenu par le français Stéphane Mifsud, en 2009 avec 11'35.

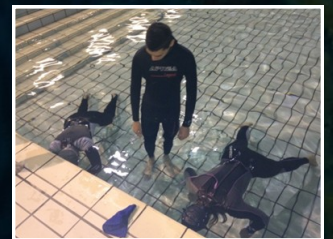
La deuxième journée d'apnée dynamique a été emportée par Maxime Pature de CPAE qui a parcouru 125m avec palmes, et Sylvain Lefevre également CPAE qui a parcouru 88m sans palmes. Le record mondial est de 250m en piscine et 281m en mer avec palmes, records établis par le croate Goran Čolak en 2011, et de 218m sans palmes (en mer), record établi par Dave Mullins, Nouvelle Zélande en 2010. Les records au féminin sont détenus exclusivement par la russe Natalia Molchanova, présidente de la Fédération russe d'apnée : 9'02 en apnée statique, 234m apnée dynamique avec palme et 182m sans palmes, les trois records établis en 2013! Sans être féministe il me semble que les femmes sont toujours polyvalentes...

Ces records sont évoqués bien évidemment non pas comme une incitation pour les participants au futur trophée Apnealp, ou tout adepte de la plongée sans bouteil-



continue pour les plus assidus.

Le trophée Apnealp représente un moment d'évaluer ses limites, mais aussi et surtout un moment de partage. Il y a ceux qui participent aux épreuves, il y a les organisateurs et les bénévoles, il y a ceux qui découvrent l'activité et voudront la pratiquer, il y a ceux qui regardent admirativement et envieusement sans franchir le cap et s'y mettre. La plongée en apnée compte de plus en plus d'adeptes, environ 200 en Isère, répartis sur 7 clubs. Malgré une forte demande les places restent limitées. La section GUC apnée fait son plein chaque année grâce aux anciens qui persévèrent et aux nouveaux arrivants, sans oublier les plongeurs GUC bouteille qui veulent découvrir la plongée différemment, sans l'encombre des lourdes bouteilles. La plongée en apnée ne représente pas uniquement le délestage de poids de bouteilles, mais un état d'esprit différent.



Nicoleta