



Plongée Souterraine



Compte-rendu des 2 journées « Découverte de la plongée souterraine »

organisées par la C.D.P.S. Drôme/Ardèche, avec le soutien
logistique de la C.R.P.S. – AURA

les 24 et 25 mars 2018 à Bourg Saint Andéol (Ardèche)

Encadrement

Nom Prénom	N° de licence	Club de provenance	Numéro du Club
RUET Alain	A-03-132560	U.R.S.R.S.A.	14 69 0001
CONTE Michel	A-04-120152	CPVDT	14 07 0471
LAPEYRERE Jean	A-07-353694	US Subaquatique Pontetienne	12 84 0091
VIGNOLES Damien	A-03-078992	U.S. Subaquatique Pontetienne	12 84 0091
CLUA Denis	A-03-086263	C.S.A. Gendarmerie Perpignan	08 66 0317
DRICOT Yvan	A-10-462900	Association Subaquatique Catalane	08 66 0416

Le ressenti des cadres

Alain RUET, responsable technique du stage

La visibilité – moyenne pour Bourg-Saint-Andéol – n'a pas réussi à gâcher la réussite de ces journées, d'autant que la météo a été particulièrement clémente. Concernant l'équipe technique ce fut une belle démonstration de collaboration inter-régionale, entre les cadres hors AURA mais proches voisins et le renfort apprécié venu de Perpignan. Merci à tous, car au-delà de l'efficacité ce fut un week-end très agréable !

Quant à nos sympathiques stagiaires, attentifs et disciplinés, leur mine réjouie en fin de journée était une belle récompense.

Jean LAPEYRERE

Je retiens, comme à chaque fois, la curiosité des stagiaires qui viennent pour voir et qui repartent avec des étoiles dans les yeux.

Une organisation technique et administrative au top comme toujours.

Et cette fois le plaisir aussi de partager ces 2 jours avec des cadres de 3 régions.

Damien VIGNOLES

C'est toujours un grand plaisir de faire découvrir le milieu souterrain que nous aimons tant, de partager nos bricoles et techniques.

Stagiaires au top, intéressés et motivés, logistique parfaite.

Denis CLUA

Un stage fort agréable, dans une ambiance sérieuse mais aussi conviviale.

Une organisation aux petits oignons. On voit que l'organisateur n'en n'est pas à son premier stage, l'organisation est bien rodée.

Yvan DRICOT

Une fois de plus l'opportunité de rencontrer de nouvelles têtes et de prendre plaisir à revoir les anciennes...

Une organisation sans failles, des stagiaires curieux et avides de nouvelles techniques de plongée, un site superbe et une météo clémente !

Le tout avec le sérieux qui s'impose et la bonne humeur en plus.

What else !

Le ressenti des stagiaires ayant participé aux deux journées

Stéphane ROCHE

Je pense que j'étais déjà convaincu qu'il fallait plonger même si l'eau sortait d'un trou. J'ai pris un réel plaisir à partager ces 2 journées avec l'ensemble des stagiaires mais surtout nos moniteurs de plongée souterraine. J'ai rencontré des encadrants motivés à faire découvrir leur activité et à partager leur passion. Merci de leur disponibilité. Ils m'ont montré comment faire évoluer ma pratique de la plongée pour me permettre de prendre plaisir en plongée sout. Je les remercie de leur disponibilité et de leur patience. Les connaissances que j'ai acquies lors de ce WE ont et auront des répercussions positives sur ma pratique de la plongée en mer.

L'organisation de ces 2 journées était nickel. Je suis ravi et motivé pour finir avec vous cette formation PS1 au cours du stage d'avril.



Philippe BESSON

Cette journée « Découverte » est une réussite. L'organisation a été irréprochable et a permis de s'initier à cette activité dans de très bonnes conditions :

- Accueil fort sympathique
- Un Site remarquable : suffisamment à l'écart pour déconnecter, mais très pratique pour débarquer avec son matériel.
- Un encadrement compétent et disponible, toute la journée, répondant à toutes les sollicitations dans la bonne humeur.
- Un programme bien réparti sur toute la journée : pas de temps morts
- Et une plongée inoubliable

En conclusion, cette journée est à recommander à tous ceux qui veulent découvrir la plongée souterraine (ce que je ferai autour de moi).

En ce qui me concerne, je souhaite suivre la formation PS1.

Béatrice MARTHOS

Pour une première expérience de plongée souterraine, j'ai été ravie aussi bien par la philosophie de cette façon de plonger que par la qualité de l'organisation et de l'encadrement.

L'adaptation du matériel a été très intéressante et j'en retire quelques techniques pour mes plongées mer.

Par ailleurs la température de l'eau, même en combi humide, n'a en rien altéré la beauté des sites et de cette ambiance minérale magique...

En conclusion, je suis motivée pour poursuivre par une formation PS1 !

Merci à toute l'équipe.

Journée du samedi 24 mars 2018

Stagiaires

Nom Prénom	N° de licence	Club de provenance	Numéro du Club
ACCA Jean-Michel	A-03-123900	Hippocampe Club Montélimar	14 26 0143
BERNASCONI Claude	A-08-390014	Club Sub de Bellegarde	14 01 0183
BESSON Philippe	A-08-369949	Plongée Pays d'Aix	12 13 0158
BONIER Jérôme	A-12-556867	Club Sub de Bellegarde	14 01 0183
CASE Louis	A-14-640588	Hippocampe Club Montélimar	14 26 0143
GAUBERT Hélène	A-03-123901	Hippocampe Club Montélimar	14 26 0143
HAMOUDI Lyes	A-13-624493	Club Sub de Bellegarde	14 01 0183
MALCOIFFE Baptiste	A-05-239081	Club Thalassa	25 71 0129
MARTHOS Béatrice	A-04-156137	Lecques Aquanaut Club	33 83 0072
QUILLOT Vincent	A-13-614709	Club Sub de Bellegarde	14 01 0183
ROCHE Stéphane	A-06-287053	Olympique de Cabries-Calas	12 13 0384
SOLOY Pascal	A-09-433747	Energie Sports Nord Isère Plongée	14 38 0197

Le ressenti des stagiaires du samedi

Vincent QUILLOT

J'avais hâte de découvrir ce type de plongée et je n'ai pas été dessus par cette expérience. Décors sympathique, approche de la plongée différente de la plongée traditionnelle, formateurs super accueillants et sympathiques. En route pour la suite de l'aventure avec le PS1.

Encore merci à tous.

Louis CASE

La journée été très sympa, une ambiance décontracté mais sérieuse dans un environnement joli. Les encadrants étaient motivés et à l'écoute désirant transmettre leur passion. Cette journée découverte ma entièrement conquis, j'ai découvert une autre facette de la plongée sous-marine très différente de la plongée en mer. L'inscription au stage PS1 est une possibilité qui m'intéresse. Je recommande cette journée découverte à tous les plongeurs désirant découvrir un autre aspect de la plongée sous-marine.

Hélène GAUBERT et Jean-Michel ACCA

Le baptême de plongée souterraine, le 24 mars dernier, fut un plaisir complet, qui nous fit même oublier le froid. Nous arrivions sans appréhension aucune mais avec la crainte de trouver la plongée peu intéressante, en comparaison de ce que l'on peut ressentir et voir en mer ou dans les Cénotes. Or nous fûmes surpris de constater que tout est captivant: les formes rocheuses, les couleurs (car il y en a!), la moindre "bébête", notamment le Niphargus. L'aspect le plus intense réside sans doute dans cette sensation d'enveloppement agréable, accentuée par l'eau douce. D'ailleurs les moniteurs avaient su lever au préalable toute appréhension grâce à des explications complètes sans être lourdes. Chacun d'eux avait une information, une anecdote, un ressenti à raconter, tous utiles pour nous. L'ambiance détendue, les consignes souples ont rendu ce moment vraiment sympathique. Notre guide, Damien, nous a laissés particulièrement libres pendant la plongée; il était présent, rassurant mais discret. Nous avons apprécié cette démarche car nous nous sentions en exploration, même si nous avons bien compris que ce n'était qu'une "visite". Puis lors du débriefing, Damien nous a appris énormément de connaissances sur le monde de la plongée souterraine; notre dialogue fut passionnant. Donc merci à toute l'équipe!

Jérôme BONIER

Je suis très heureux d'avoir pu partager cette journée avec vous.

J'ai appris plein de choses et découvert une nouvelle approche de la plongée et surtout de nouvelles sensations.

L'organisation est superbe, le lieu est magnifique et les cadres étaient simplement merveilleux.

Surtout ne changez rien.

Malheureusement je ne pourrai pas participer à la formation PS1 d'Octobre.

Je remercie tous les participants de ce stage.

Claude BERNASCONI

Journée très intéressante en enseignement et découverte.

Pour ma part à retenir, ne pas changer trop de choses sur mon équipement pour une nouvelle plongée découverte (pas à moi: stab et un détendeur. Mano trop petit pour ma vue. Combinaison étanche pas utilisé depuis un an) mais j'ai quand même profité du moment.

Merci à vous tous pour cette journée.

Baptiste MALCOIFFE

Votre activité est très technique sous plusieurs aspects, matériel avec la redondance, l'optimisation; psychologique avec l'évolution dans un espace fermé et étroit qui peut être peu clair.

Malgré toutes ces spécificités, l'équipe se met à la hauteur de l'ensemble des stagiaires quel que soit leurs origines ou niveaux.

Elle le fait avec une grande humilité pour nous expliquer les tenants et aboutissants de l'utilisation du matériel, elle nous explique de façon très pragmatique les spécificités du milieu souterrain, tout le monde finit par s'immerger serein et ressortir heureux après une plongée magnifique dans un milieu nouveau (merci Alain!).

Une telle humilité et un tel pragmatisme deviennent rares au bord des lacs et des plages au profit de la gadgetisation !

Continuez ainsi ! et Merci à tous.



© Michel CONTE

Journée du dimanche 25 mars 2018

Stagiaires

Nom Prénom	N° de licence	Club de provenance	Numéro du Club
BAUD Jérôme	A-10-469900	Club de Plong. S/M Clermontois	14 63 0026
BESSON Philippe	A-08-369949	Plongée Pays d'Aix	12 13 0158
BRENOUX Thierry	A-03-127241	Plouff	14 42 0438
CAMUS Francis	A-12-558891	Aquaclub Cruas	14 07 0339
FAURE Frédéric	A-12-559340	Club Sub de Bellegarde	14 01 0183
KOBI Mathieu	A-10-478182	L'Eponge	14 38 0095
MARTHOS Béatrice	A-04-156137	Lecques Aquanaut Club	33 83 0072
ROCHE Stéphane	A-06-287053	Olympique de Cabries-Galas	12 13 0384
SILLERO Antoine	A-03-128453	Club de Plong. S/M Clermontois	14 63 0026
THIVENT Eric	A-15-699818	Club Sub de Bellegarde	14 01 0183
VELARD Frédéric	A-03-126309	Energie Sports Nord Isère Plongée	14 38 0197
ZICOLA Eric	A-14-651126	Aquaclub Cruas	14 07 0339

Le ressenti des stagiaires du dimanche

Mathieu KOBI

La première fois que j'ai entendu parler de plongée souterraine je ne suis dit « quelle bande de marteaux ». Mais intrigué je me suis documenté, j'ai questionné un ou deux copains qui en font et je me suis rendu compte qu'il y avait tout une culture de la sécurité derrière tout ça, alors je me suis dit pourquoi aller voir par soi-même. Je n'ai pas été déçu, encadrement et organisation au top, de vrais passionnés ! Et surtout la tannerie, une cavité magnifique avec des puits et des cloches dans tout les sens ! Et j'ai vu que les 150 premiers mètres. Une très bonne journée avec un gros goût de reviens-y ! Encore merci à tous et à bientôt sous l'eau !

Antoine SILLERO

La journée était très bien, et pour ma part, j'avais une image complètement erronée de la plongée souterraine. Cette journée m'a montré que c'est complètement différent. L'encadrement était compétent et sympa.

Francis CAMUS

La journée a été super intéressante, bien organisée et bien équilibrée dans sa chronologie. J'avais des connaissances théoriques sur la règle des quarts, et la sécurité, mais l'apport technique apporté par les formateurs en début de journée est très intéressante, essentielle et nécessaire.

Le site est parfait pour une découverte, avec ses deux gouls, la proximité du parking, etc...

L'équipe est bien rodée, bien équipée, et se coordonne dans une bonne ambiance, condition primordiale pour le résultat.

Les formateurs sont compétents, prennent le temps d'expliquer, et tolérants. Merci aux CODEP voisins.

La plongée en elle-même est bien adaptée à la découverte.

Deux suggestions pour l'optimisation du dossier d'inscription en vue des préparations individuelles (*c'est un détail !*) :

- proposer aux stagiaires qui le peuvent, de venir avec des bouts de chambres à air, les fameux « *caouetches* ».

- préciser que les deux détenteurs doivent être identifiés avec un scotch de couleurs différents.

En conclusion, je conseillerai à tous ceux qui se posent la question, de faire cette journée avec vous.

Encore merci à tous et à bientôt.

Frédéric FAURE

Bonne journée, bien organisée. Encadrement au top. Ça donne une bonne idée de la plongée souterraine.

Thierry BRENOUX

Une répartition intelligente des fonctions de chacun, du coup, une organisation aux petits oignons. Accueil simple, sympa, convivial. Une formation simple où sont abordés les points importants. Le choix du site idéal. Des formateurs à la fois pros et sans prise de choux. Très très bien. J'ai envie de voir un peu plus loin !

Merci a tous

Eric THIVENT

Encore Merci pour votre organisation. Tout était impeccable !

Ce baptême m'a permis d'avoir une approche plus « réaliste » de la plongée souterraine et m'a donné le goût à continuer. J'ai été surpris par les bonnes conditions de plongée, eau pas froide du tout ! 14°, visibilité incroyable.

Plongeur de lac, je ne pensais pas que c'était comme ça.

Frédéric VELARD

Merci pour cette journée très instructive avec une mise en sécurité très rassurante qui ouvre et met en évidence les dangers potentiels, et ce grâce à votre expérience partagée.

Bonne continuation pour le bien de tous.

Jérôme BAUD

Et bien pour ma part, j'ai été très content d'avoir suivi votre programme découverte! La plongée souterraine est bien différente des "grottes" (somme toute modestes...) qu'on peut être amené à rencontrer en mer. Au fur et à mesure qu'on s'enfonce sous terre pour la première fois on ressent une certaine appréhension... mais les conseils techniques précédant la plongée et l'encadrement ont vite fait de la balayer : on peut alors prendre tout le temps de profiter de ce milieu très particulier! La convivialité et la bonne humeur de l'équipe d'organisation et du groupe ont bien complété cette belle journée. Ça donne matière à réfléchir pour approfondir la discipline!

Encore merci et à bientôt.

Eric ZICOLA

Journée fort agréable où le fait de jouer à nouveau avec le matériel m'a redonné l'envie de plonger avec le fatras sur le dos, moi qui suis plutôt freediver. L'aspect sécuritaire et technique est très intéressant et m'a donné un regard différent sur ma propre pratique en « scaphandre » traditionnel. Étant donné que j'affectionne particulièrement de « rentrer dans la roche », je prendrai peut être plus de précautions où du moins, des précautions plus adaptées les prochaines fois. En ce qui concerne la plongée découverte, il est vrai que pour quelqu'un qui a tendance à ne pas trop consommer et à rester au delà de l'heure régulièrement sous l'eau, 30min c'est un peu frustrant. D'autant que j'avais vraiment envie d'aller plus loin! J'espère avoir l'occasion de poursuivre l'expérience.



Le ressenti de l'organisateur

Samedi

Pas de problème particulier, plongées effectuées au Goul de la Tannerie et au Goul du Pont.



Après que l'équipe d'encadrement se soit présentée, c'est Alain RUET qui a détaillé aux stagiaires le déroulement de la journée. J'ai fait ensuite une présentation des deux sites de plongée à l'ensemble des stagiaires puis ils ont été divisés en deux groupes pour passer dans l'atelier « matériel et gestion de l'air » animé par Jean LAPEYRERE et dans celui de « suivi du fil d'Ariane » animé par Damien VIGNOLES.

Pendant ce temps, nos amis d'Occitanie, Denis CLUA et Yvan DRICOT, se sont occupés du gonflage.



En suivant, préparation du matériel, repas de midi puis, l'après-midi, une plongée effectuée par chaque stagiaire en binôme avec un cadre.

Météo correcte même si le soleil n'était pas au rendez-vous.

Les conditions de plongée étaient correctes, avec un niveau d'eau satisfaisant dans les gouls, à -10cm de la margelle au Pont et un débordement de la Tannerie dont le courant n'a pas gêné les plongeurs. Visibilité moyenne dans les deux résurgences, légèrement meilleure à La Tannerie grâce au courant.

12 stagiaires dont deux femmes, motivés et sympathiques, cadres attentifs et disponibles pour leurs élèves.

En tant qu'organisateur, je suis pleinement satisfait du déroulement de cette journée découverte.

Merci à la CRPS AURA pour son soutien logistique indispensable à la réalisation de cette journée.

Merci aux amis de la CRPS Provence Alpes Côte d'Azur, CDPS Vaucluse, ainsi que ceux de la CRPS Occitanie, CDPS Pyrénées-Orientales, qui sont venus nous donner un coup de main.



Hébergement d'une partie de l'équipe d'encadrement (moi à ma maison) le samedi soir à l'hôtel Le Robinson qui continue à nous donner toute satisfaction, que ce soit pour le rapport qualité/prix que par l'accueil de Guillaume. Repas très convivial prit sur place le samedi soir, préparé par Stella et servi par Justine. Le Robinson nous a également fourni les pique-niques de l'équipe d'encadrement et d'une partie des stagiaires venus pour les deux jours.

Dimanche

Les jours se suivent et se ressemblent.

Pas de problème particulier, plongées effectuées au Goul de la Tannerie et au Goul du Pont.

Après que l'équipe d'encadrement se soit présentée, c'est de nouveau Alain RUET, responsable technique sur le weekend, qui a détaillé aux stagiaires le déroulement de la journée.

J'ai fait ensuite une présentation des deux sites de plongée à l'ensemble des stagiaires puis ils ont été divisés en deux groupes pour passer dans l'atelier « matériel et gestion de l'air » animé comme la veille, par Jean LAPEYRE et dans celui de « suivi du fil d'Ariane » animé par Alain RUET.



Pendant ce temps, Damien VIGNOLES a fait faire une plongée au goul du Pont aux trois stagiaires venus pour les deux jours qui étaient déjà passés dans les ateliers la veille et dont le matériel était prêt.

En suivant, préparation du matériel pour les autres stagiaires, repas de midi puis, l'après-midi, une plongée effectuée par chaque nouveau stagiaire en binôme avec un cadre, les trois « redoublants » ayant un régime particulier.

Météo un peu plus clémente que la veille avec apparition du soleil en fin de matinée, avec des niveaux identiques dans les gouls et toujours une visibilité moyenne.



12 stagiaires dont 1 femme, toujours aussi motivés et sympathiques que la veille, cadres toujours à l'écoute et disponibles pour leurs élèves.

Nous avons également, en marge du stage, un PS3, Paul, et un PS1, Adrien, venus accompagner deux collègues de Clermont Ferrand et en profiter pour faire deux plongées de compagnonnage.

En tant qu'organisateur, je suis pleinement satisfait du déroulement de cette journée découverte et du WE en général.

Merci à la CRPS AURA pour son soutien logistique indispensable à la réalisation de cette journée.

Je remercie de nouveau nos amis de la CRPS Provence Alpes Côte d'Azur, CDPS Vaucluse, ainsi que ceux de la CRPS Occitanie, CDPS Pyrénées-Orientales, qui sont venus nous donner un coup de main et sans qui ce weekend n'aurait pas pu avoir lieu.

Le Robinson nous a également fourni les pique-niques de midi pour les cadres et les trois stagiaires venus pour les deux journées.

CONTE Michel
Président de la CDPS Drôme/Ardèche et organisateur