



## Infos Club SGLC78

### Participez aux Evénements de Mai - Juin - 1er Juillet 2018

---

#### PROFITEZ DES DERNIERS ENTRAÎNEMENTS FOSSE POUR UNE REMISE A NIVEAU AVANT VOS PLONGÉES D'ÉTÉ - FOSSES OUVERTES A TOUS LES NIVEAUX .

- LUNDI 14 MAI 2018 de 21H à 22H
- LUNDI 28 MAI 2018 de 21H à 22H

Inscriptions auprès de Phil : [fosses@subgalatee.fr](mailto:fosses@subgalatee.fr)

Lieu : Centre aquatique Conflans 8, rue Henri Dunant 78700 Conflans-Sainte-Honorine

---

#### SOIREE AQUANIGHT A LA PISCINE NOUVELLE FRANCE - LE CHESNAY VENDREDI 25 MAI - 20H30 à 23H00

Nombreuses animations - Entrée piscine au tarif habituel

Baptêmes de plongée sous la direction de Fabien

**Bienvenue et merci aux moniteurs de se rapprocher de Fabien**

---

#### VENEZ TREMPER VOS PALMES DANS L'EURE

Un événement aquatique à ne pas manquer comme tous les ans depuis 10 ans !

#### 10ème RANDONNÉE PALMÉE NOCTURNE SUR L'EURE VENDREDI 1er JUIN 2018 à 20H00

Lieu RDV : Moulin de Cherisy , rue de Sainte-Gemme 28500 CHERISY (N12).

Inscriptions et détails auprès de [Jean-Luc.B](mailto:Jean-Luc.B)

---

#### VIVEZ UNE EXPÉRIENCE DE PLONGÉE EXCEPTIONNELLE EN PARTICIPANT AU NETTOYAGE DE LA PIÈCE D'EAU DES SUISSES DE VERSAILLES

Nous sommes conviés par la société de Pêche "Les Brochets Du Roy" à une opération de nettoyage de la pièce d'Eau des Suisses , rue de Saint Cyr 78000 VERSAILLES.

#### Répondons tous favorablement à cette événement écologique !

Une collation sera offerte et une journée gratuite de pêche pour les bénévoles participant.

Et pourquoi ne pas se faire un petit pique-nique sur place à la suite ?

- SAMEDI 2 JUIN 2018 à 9H45

Merci de remplir le Doodle pour nous informez de votre présence

<https://doodle.com/poll/6tq9b7vt4cvbex9m>

---

#### PARTICIPEZ A LA FÊTE DE FIN DE SAISON - AUBERGE ESPAGNOLE

Avant vos futures vacances bien méritées venez vous relaxer et fêter la fin de la saison

[CHEZ MARYLENE ET CLAUDE AU DOMAINE DE LA COUPERIE - 78650 BEYNES](#)

Le domaine est situé entre les communes de Beynes et Marcq

- DIMANCHE 1ER JUILLET 2018 DE 12H à 18H

Toutes les propositions d'animations et de jeux sont les bienvenues !

Merci de nous faire part de votre projet !

Merci de remplir le Doodle pour nous informez de votre présence

<https://doodle.com/poll/iip8t72xg7zzgwbz>

---

Voir détails page suivante

---

## Un Dimanche à la Campagne

L'année sportive de notre club s'achève bientôt ! Et afin de fêter cette fin de saison nous vous proposons « *Un Dimanche à Campagne* » sous la forme d'une *Auberge Espagnole et de jeux*.

Cela se passera chez Claude et Marylène LAVASTE, qui ont la gentillesse de nous recevoir chez eux.

- **Le dimanche 1er juillet de 12H à 18H**
- Marylène et Claude LAVASTE  
13 Rue de Carcassonne - La Couperie - 78650 BEYNES

Le principe, vous le connaissez déjà :

- Chacun apporte sa spécialité culinaire pour la faire partager à tous, si vous souhaitez nous faire partager votre petite cuvée de derrière les fagots, ne vous privez pas de ce plaisir !
- Vous pourrez prévoir les grillades, si vous le souhaitez, il y aura à disposition des BBQ.
- Soyez inventif et festif en nous proposant des jeux de pleine air !
- Tous les projets sont les bienvenus - Merci de nous en faire part !
- Invitez vos familles, enfants, amies et amis et tous ceux qui aiment la Plongée, le Hockey et l'Apnée

**Tous à la Couperie le 1er juillet et merci de remplir le doodle pour indiquer votre présence :**

<https://doodle.com/poll/iip8t72xg7zzgwbz>

---

Bonjour à Toutes et à Tous,

Une saison sportive est en train de se terminer et le stage technique de la cuvée 2018 a été bonne !

Le SGLC78 a grossi ses diplômés car nous avons au club, suite à la validation du stage technique chez [Maitai Plongée à Bécon les Granits](#) les nouveaux niveaux suivants :

- 6 Niveaux 3,
- 1 PE40,
- 1 UC10,
- 1 Niveau 5,
- 1 stagiaire péda prêt pour le milieu naturel,
- 8 plongeuses ou plongeurs formés à l'étanche,
- 2 Qualifications Nitrox
- ... et des stagiaires N4 qui ont peaufinés leur compétences aquatiques pour se présenter courant juin au stage final de Niolon.

Tous ces bons résultats n'ont été possible qu'avec l'engagement, le dévouement et le support de la direction technique et de l'ensemble des moniteurs du club que nous ne pouvons une nouvelle fois tous remercier très sincèrement. ([Relire l'article de notre DT Stephane](#))

Nous n'oublions pas nos 14 nouveaux promus N1 (tous formés à la piscine et en fosse) et leur joyeuse présence du mercredi soir sous la houlette de Bruno et de sa sympathique équipe d'encadrants .

Pour vos plongées à venir :

- Continuez à plonger dans le cadre de vos prérogatives de profondeur et en toute sécurité !
- Effectuez une première plongée de réadaptation lors de vos séjours de plongée :  
20 mètres - 30 minutes sont les paramètres recommandés et suffisants pour une reprise.
- VENEZ VOUS ENTRAINER EN FOSSE ! (Inscrivez vous pour les fosses programmées: 14-28/05/18)
- La pratique en fosse est le meilleur moyen de se maintenir au meilleur niveau technique et ceci est vrai pour tous les niveaux de plongée !

Pour le Comité Directeur SGLC78  
Subgalatément !

Jean-Pierre VALTON  
Président  
[jpvalton@free.fr](mailto:jpvalton@free.fr)

---