

J.C. MINIER

AS. O. C.

PLONGÉE SOUS MARINE



N°2

N U M E R O " 2 "
S A I S O N 1 9 8 2 / 1 9 8 3

=====

page 1	Le mot du Président
page 2/3	Camaret (Sortie TOUSSAINT 82)
page 4/5	La Bouillabaisse
page 6	Réflexions
page 7	La vie de la section
page 8	Organisation du bassin
page 9	Matériel
page 10	Photos
page 11	Hockey sous marin
page 12	Légende de la Mer
page 13	Remerciements;

LE MOT DU PRESIDENT
=====

Nous avons repris depuis le début de Septembre et, déjà la 1ère sortie en mer se dessine à l'horizon. Le 3 Octobre, certains ont déjà repris contact avec l'élément liquide lors de notre première descente de rivière de l'année.

J'espère que vous serez nombreux pour la TOUSSAINT au rendez-vous de CAMARET.

Voyez l'article d'ALAIN qui vous donne un aperçu de ce qui nous attend là-bas.

Pour ceux qui ne l'aurait pas encore fait, pensez à vos certificats médicaux, il nous les faut pour la licence et pour l'assurance.

Vous avez vu le programme de l'année !

A vous de choisir vos sorties, sans oublier le hockey, la photo et peut-être bientôt le tir sur cible.

A vos palmes et bon courage

PASCAL

PROCHAINE SORTIE : CAMARET
=====

CAMARET, LE BOUT DU MONDE OU LE DEBUT DU PARADIS

Paradis enchassé dans l'entrée de la Rade de BREST, spécialiste de la pêche avec casiers qui emprisonnent : Langoustes, Homards, Tourteaux venant des côtes mauritaniennes ou de la Chaussée des Pierres Noires (Sortie de la Rade de BREST), les viviers du port les accueilleront à leur déchargement.

Rien ne vous laissera indifférent à CAMARET :

Les vieux bateaux agonisants derrière la jetée,

Les autres : Fantômes d'une autre époque, squelettes imputrésibles,

Le Fort VAUBAN (Musée), bastion de nombreux combats navals,

La Chapelle, victime des flammes et des boulets de canons,

La côte sauvage, inhospitalière, battue par les tempêtes,

L'incertitude de plonger,

La certitude d'une mer vivante.

Ses organes de vie sont les vents, les marées, les courants, le plancton (réduisant la visibilité) mais qui vit des vents, des marées, des courants, du plancton donnent naissance à une vie très intense en faune et flore.

Apprenez à découvrir, à voir, à chercher ; la vie est partout ; dans les failles, sous les roches, sous les laminaires, en pleine eau, sur le sable, sous le sable, dans les épaves, autour des épaves (Galions, Frégattes, Trois mâts, Côtres, Cargots, Cablier, Lance torpilles, Charbonnier, etc...).

Même un vieux plongeur ne se lasse pas de voir une étoile de mer se déplacer, pas plus qu'un cursin se mouvoir ou une crevette faire sa toilette car, près de la crevette vivra sûrement un congre et, près du congre, un homard,...

Observez la " Chaîne de vie sous-marine " et accrochez vous à un maillon, le lâchez pas, vous deviendrez plongeur.

ALAIN

DANS NOTRE SERIE "LA CUISINE DU PLONGEUR"

VOICI :

LA BOUILLABAISSE
=====

D'ail ?... Il en faut un peu, rien que pour maintenir

Le vrai principe ;

Mais très peu, je vous dis... Un souffle, un souvenir

Qui se dissipe !

Du safran, il en faut pas mal, et toutefois,

Pas trop encore...

Mais assez cependant pour qu'en trempant les doigts

Ça vous les dore

De poisson ?... Il en faut ; mais poisson de fin goût,

Pêché sur place ;

Et langouste, et merlan, et saint pierre et surtout

De la rascasse.

D'huile ?... Il en faut aussi ; mais de plus pur produit

D'olive fine,

Premier cru provençal, portant l'odeur du fruit

A la narine,

De thym, de romarin, de fenouil, de persil

Que l'on en mette

Dans un sac bien noué, bien propre, bien gentil

Qui vous appète !

.../...

.../...

Faites bouillir le tout : découpez le pain frais

En tranche épaisse ;

Et, peut-être qu'ainsi vous aurez à peu près

La Bouillabaisse...

Mais pour qu'elle soit vraie et bonne et sans défaut,

Une merveille,

Plus que poisson, safran, ail, fenouil, il lui faut

L'air de Marseille

Jacques NORMAND - PARIS

1848/1931

R E F L E X I O N S
=====

OLIVIER

Il était une fois un débutant plongeur
Il était une fois un bon plongeur
Il était une fois un confirmé plongeur
Il était une fois un "je sais tout" plongeur
Il était une fois une bulle dans un plongeur
Il était une fois un accidenté plongeur



" ... Alors il regardait les bateaux
Il suçait des glaces à l'eau... "



Michel JONAS

Je l'aime,
N'oublie jamais que la mer est une
femme, une amante avec ses humeurs,
ses colères, ses refus, avec son
Amour, sa tendresse, ses secrets.
Si tu aimes, tu es patient, attentif,
admiratif et comblé.

ALAIN.

LA VIE DE LA SECTION

=====

Pensez à réserver dès maintenant votre place dans le car pour le premier départ de l'année.

Après il faudra attendre Pâques, pour renouer avec le milieu liquide (salé).

Dans le prochain numéro, nous vous présenterons la prochaine destination.

A propos du prochain numéro, je recherche un dessinateur pour illustrer les pages sans oublier, des articles, encore des articles, et, toujours des articles.

La page "petites annonces" est ouverte ainsi que la "Tribune libre" afin que tout le monde puisse s'exprimer démocratiquement, sur la vie et l'organisation de la section, le comité de rédaction se réservant évidemment le droit de réponse. Des photos peuvent être imprimées après essais et uniquement en noir et blanc.

OLIVIER

O R G A N I S A T I O N D U B A S S I N

=====

Responsable Denis JACQUIN

Vous commencez à me connaître un peu et je vais vous expliquer en quoi consiste mon rôle au sein de la section.

Tous les Mercredis soir, je vous accueille à la piscine dans le hall du bas. Vous réglez vos questions administratives avec notre secrétaire Christian LANDGREN.

Après être passé dans vos vestiaires respectifs, je vous retrouve au bord du bassin à -20 heures et je vous répartis dans vos palanquées pour 20 heures.

Dans peu de temps un "Ordex" sera à votre disposition où vos chefs de palanquées seront mentionnés et une photo d'eux vous permettra de les identifier plus facilement.

Vous pouvez alors prendre d'assaut le bassin pour vos évolutions aquatiques de la soirée. (un échauffement personnel en attendant les autres plongeurs de votre groupe est plus que recommandé).

En fin de séance chaque palanquée, à tour de rôle, tirera les baches (Isolation thermique du plan d'eau).

Pour tous problèmes concernant l'entraînement n'hésitez pas à venir me voir, je serai là pour essayer de les régler.

A bientôt.

DENIS

M A T E R I E L
=====

Le club possède cette année, 30 équipements (bloc, détendeur) à la disposition de ses licenciés, pour l'entraînement piscine et les week-end en mer.

Les blocs et détendeurs vont être marqués avant le prochain week-end en mer pour vous permettre de mieux les identifier.

En effet, pendant ces sorties vous aurez l'entière responsabilité de votre matériel (bloc et détendeur).

Il n'est pas possible que le club fournisse le petit équipement (palmes, masque, tuba, ceinture de plomb), bien qu'une caisse existe avec quelques paires de palmes. Il est donc nécessaire que les nouveaux venus aient leur équipement personnel.

Je rappelle que c'est à chacun, qu'il incombe de vérifier le bon usage et surtout le bon rangement après utilisation.

Malgré tout, les chefs de palanquées, doivent surveiller et conseiller les utilisateurs.

Christian

P H O T O S / M A R I N E

=====

Depuis longtemps, il est question de "faire quelque chose" pour la photo sous-marine, mais pour l'instant les amateurs de photo ont fait "quelque chose" chacun de leur coté.

ALORS ESSAYONS DE FAIRE QUELQUE CHOSE ENSEMBLE.

MAIS QUOI ?

Dans un premier temps, se rencontrer et mettre nos idées en commun.

- Que vous soyez chevronnés en photo sous-marine (ou terrestre) ou débutant, prenez contact avec moi ou avec un membre du bureau.

- la photo est un merveilleux moyen de faire partager votre passion de la plongée à vos amis et parents non plongeur et pour vous de revivre vos plongées.

- je ne parlerai pas ici de technique, n'étant moi-même qu'un débutant en photo sous-marine, mais je fais appel aux photographes qualifiés pour nous dévoiler leurs "petits trucs".

- La photo sous-marine exige en premier lieu une bonne maîtrise de la plongée et une bonne connaissance de l'environnement.

Je conseillerai donc au plongeur débutant et amateur de photo d'acquérir une bonne expérience de la plongée (niveau 1er échelon) avant de se jeter à l'eau avec du matériel souvent encombrant.

Il est bien entendu que lorsque nous parlons photo, nous pensons également cinéma et pourquoi pas vidéo (expérience réalisée lors du Championnat de FRANCE de Hockey S/Marin à REIMS)

J.Claude MINIER

S E C T I O N H O C K E Y
=====

Hockeyeurs, ou futurs Hockeyeurs,

Cette année, l'entraînement a lieu le Lundi de 20 H.
à 22 H.

La section est déjà munie du matériel nécessaire à
la bonne pratique de ce sport.

Avec l'expérience acquise, nous comptons nous qualifier
pour le Championnat de FRANCE, qui aura lieu cette année à
BORDEAUX.

Mais surtout, et c'est à vous Mesdames, que je pense,
nous voudrions présenter au Championnat d'Ile de FRANCE, au
minimum, deux équipes, une masculine et une féminine.

Alors chères Hockeyeuses, à vos crosses.

Pour le moment, il nous faut :

Nous entraîner,

Participer à des tournois amicaux,

Inviter des Clubs à nos entraînements,

Et, si cela est possible, organiser notre propre tournoi
qui aurait lieu à la piscine du CHESNAY.

Futurs Hockeyeurs et Hockeyeuses, pour tous renseigne-
ments, venez nous voir à la piscine, le Lundi soir (et le
Mercredi soir éventuellement)

Cette 2ème année d'existence pour la section sera, je
l'espère, aussi fructueuse que la 1ère.

Hockeyement vôtre.

NB - Point de vue médical

L'effort cardiaque provoqué par ce sport sympathique, préconise
un entraînement du type ½ fond, donc ne négligez pas votre
entraînement.

LEGENDE DE LA MER
=====

Au moment du flux, il ne faut faire ni grimace, ni contorsion : on risque de rester défigurer.

On raconte à ce sujet, dans le pays de TREGUIER, la légende suivante :

<<

On sait que les gens du littoral connaissent l'heure par les mouvements de la marée.

Un jour, une étrangère passait sur la grève, et elle allait très vite, car elle avait beaucoup de chemin à faire.

Elle aperçut une petite plie qui se chauffait au soleil dans un ruisseau clair.

Petite plaie, la mer monte-t-elle ?
lui demanda la femme.

Le petite plie, au lieu de répondre, se mit à railler, l'étrangère en répétant avec grimaces :

Mais à l'instant le flux commence et l'étrangère, qui était la Sainte Vierge, dit à la petite plie :

Petite plie à la bouche de travers, une autre fois vous serez plus sage.

La petite plie garda sa bouche de travers, et, depuis ce temps, les plies l'ont toujours ainsi. >>

ALAIN

REMERCIEMENTS MULTIPLES
=====

En tant que responsable de la rédaction et de la parution de la revue, je tiens à remercier tous ceux qui jusqu'à maintenant m'ont apportés leur aide, des dactylos aux imprimeurs en passant par les fournisseurs d'articles.

Tous prévenus au dernier moment, avec comme délai de livraison " Hier !! "

Au mois de Juillet dernier, nous avons sorti un numéro " 0 " à tirage limité.
Son format (21 x 29,7 plié en deux) nous a posé trop de problèmes pour que celui-ci soit retenu..

Tous ceux qui participent à cette revue de liaison ne sont pas des spécialistes, et, nous attendons vos critiques.

Vous aurez bientôt une boîte aux lettres pour y déposer vos suggestions.

OLIVIER

