



Rapport d'activités Apnée - saison 2013 – 2014

Allez c'est parti, bonne lecture ! Ont été organisées la saison passée, les activités suivantes :

1. Entraînement et compétition

Le 7ème Stage de préparation à la compétition, octobre 2013. Merci aux bénévoles : accueil d'un vingtaine d'athlètes venus de toute la France mais aussi de Grèce et Belgique et d'une dizaine d'encadrants et bénévoles.

Suivi de l'équipe compétition par Arnaud Ponche, entraîneur :

Participation aux Manches de Coupe de France de Besançon, à la 3^{ème} Coupe de Noël en décembre à Huningue, au Championnat d'Alsace en février à Sélestat ainsi qu'aux Championnats de France.

Mise en place d'un centre d'entraînement dénommé CETACE (Centre d'Entraînement Technique d'Apnée en Compétition de l'Est), qui accueille au sein du TPM des athlètes d'autres clubs pour s'entraîner (Belfort, Strasbourg, Sélestat mais aussi La Réunion).

Staff : Arnaud Ponche, Robert Brunet et François Vo Dinh

Grande nouvelle : sélection de **9 compétiteurs du CETACE au Championnat de France**, alors qu'il n'y a que 40 places de disponibles :

Trois compétiteurs intègrent le Top 10 national :

- Hélène Gass : vice-championne de France en 16X50 m !
- Pierrick Albert : 9^{ème} avec 135 m en dynamique sans palmes,
- Grégoire Folly est 10^{ème} en statique avec 5'40.

Voici les très beaux résultats des autres compétiteurs :

Olivia Fricker : 13^{ème} en statique avec 4'16

Grégoire Folly (10^{ème} au combiné, 21^{ème} en statique avec 5'40, 20^{ème} avec 143 m en dynamique 13^{ème} au combiné)

Mickaël Schadelin (16^{ème} avec 152 m)

Khalid Wahid (13^{ème} en dynamique avec 158m et 23^{ème} au combiné), Pierrick Albert (9^{ème} avec 135 m en dynamique sans palmes).

Marion Thomas, entraînée par Arnaud à la Réunion finit 12^{ème} en dynamique.

Loic Morel et Valentin Mansuy, qualifiés, n'ont pu se rendre disponibles pour les France.



Organisation des Championnats de France, Chartres, en juin par Olivia et une équipe de la Commission Nationale Apnée.

Etaient également présents du TPM : Jean-Marie Latsague, Raymond Muller et Gaby Camacho comme juges ainsi que François Vo Dinh comme médecin.

Mise en place d'entraînement ligne 2 par Arnaud Ponche et Serge Colas.

5^{ème} coupe des Cormorans

Bravo à Mika qui s'offre une 3ème place en statique ainsi qu'à Olivia, seule femme, qui réalise 4'26. En DYN, la joyeuse équipe truste sympathiquement le podium avec Khalid 1er et ses 159,62 m, Grégoire second avec 150,50 m et Valentin qui a approché les 150 m ... il lui manque 60 cm !!!! Pierrick réalise sa meilleure perf de la saison avec une superbe sortie à 136'42 m. Hélène touche une fois de plus le mur des 100 m ! Amin qui réalise sa plus belle perf avec 92,60 m.

Finalement, au podium Haut-Rhinois, cela donne en statique : une médaille d'argent pour Amin Ahmed avec 4'42 et du bronze pour Stéphane Aouni avec 4'34 (tous deux du TPM), le 1er est Angelo du P3F avec 6'01. En en DYN, cela donne l'or pour Khalid, suivi de Greg et de Dominique Robin du P3F avec son 1er 132,75 m !

Championnat de l'Est, 21 avril

Apnée Deux Alsaciens titrés le week-end dernier à Épinal

Deux compétiteurs du Centre d'entraînement technique d'apnée en compétition de l'Est (CETACE), à Mulhouse, Hélène Gass et Grégoire Folly, ont participé le week-end passé aux championnats FFESSM d'apnée de l'Inter-région Est, à Épinal. Une compétition qui faisait office de répétition générale avant les échéances nationales, les championnats de France ayant lieu début juin, à Chartres.

Dans les Vosges, Hélène Gass, licenciée à l'ASCA Molsheim, a décroché le titre de championne de l'Est dans la difficile épreuve de sprint endurance qu'est le 16 x 50 m apnée. Elle a bouclé l'épreuve en 16'28", à trois secondes seulement de la vice-championne de France en titre, la Brestoise Pascale Aubry (qui ne remporte pas le titre interrégional puisqu'elle n'est pas licenciée dans l'Est cette année).

En apnée dynamique sans palmes, le Mulhousien Grégoire Folly, membre du CETACE licencié au Touring Plongée Mulhou-



**Grégoire Folly et Hélène Gass,
deux apnéistes en or. DR**

se, a lui aussi remporté la médaille d'or à Épinal, avec une distance parcourue de 106,75 m.

Prochain rendez-vous le 3 mai, à l'occasion de la 5^e Coupe des Cormorans, compétition régionale qui aura lieu à Mulhouse. Pour les apnéistes alsaciens, il s'agira de la dernière chance de se qualifier pour les championnats de France.

Coupe de France, Besançon, 28 mars :

Apnée Le CETACE bien placé

Les représentants du Centre d'entraînement technique d'apnée en compétition de l'Est ont décroché des résultats satisfaisants lors de la troisième manche de la Coupe de France FFESSM.

Plusieurs athlètes du Centre d'entraînement technique d'apnée en compétition de l'Est (CETACE) de Mulhouse se sont récemment rendus à Besançon afin de participer à la troisième manche de la Coupe de France FFESSM sous la houlette de leurs entraîneurs Arnaud Ponche et Olivia Fricker.

Au niveau national, Hélène Gass membre du CETACE licenciée à l'ASCA, remporte la deuxième place (en réalisant le deuxième temps national sur toute la saison) dans la très éprouvante épreuve du 16X50 m en 16'04''97.

En apnée dynamique, les membres du CETACE finissent dans les douze premières places du classement général mais s'offrent surtout le podium complet du comité Est en apnée dynamique grâce à Mickaël Schaedelin (CP Sélestat) avec 146,74m, Valentin



De gauche à droite : Arnaud Ponche, l'entraîneur, Pierrick Albert, la Grecque Jenna Apokotos, Valentin Mansuy et Mickaël Schaedelin. DR

Mansuy avec 138,77m (CP Sélestat) et Grégoire Folly (TPMulhouse) avec 136,89. Pierrick Albert (ASM Belfort), qui a intégré l'équipe cette saison, réalise 118,90 m mais surtout une onzième place au combiné général national. Il réalise là sa plus belle performance en apnée statique avec 4'59''.

À noter pour Hélène Gass un joli 100 m en apnée dynamique, réalisé en aisance et pour la première fois sous pression lors d'une compétition.

En apnée dynamique sans palmes, Valentin Mansuy et Pierrick Albert, en constante progression, montent sur le podium Est, s'offrant l'argent et le bronze avec respectivement 117,03 m et 108,85 m.

L'équipe revient donc plus motivée que jamais grâce à des performances prometteuses et des qualifications pour le prochain championnat de France qui semblent déjà acquises pour certains, notamment Hélène Gass en 16x50 m et Valentin Mansuy en dynamique sans palmes.

ISA06

Coupe de Noël, Huningue, 6 décembre :

Joli début de saison, tout en douceur, pour l'équipe compétition coachée par Arnaud. Greg finit 1^{er} en STA, suivi de Khalid, Khalid remporte l'or en DYN, Valentin et Mickaël sont 3^{ème} et 4^{ème}. En DNF c'est Valentin qui remporte l'épreuve et le podium est trusté au 16X25 m par Khalid, Valentin et Mickaël. Chez nos compétiteurs débutants accompagnés par Olivia, Amin réalise un beau 75 m en DYN et Stéphane 4'19 (sa meilleure perf).

2. Passages de niveaux :

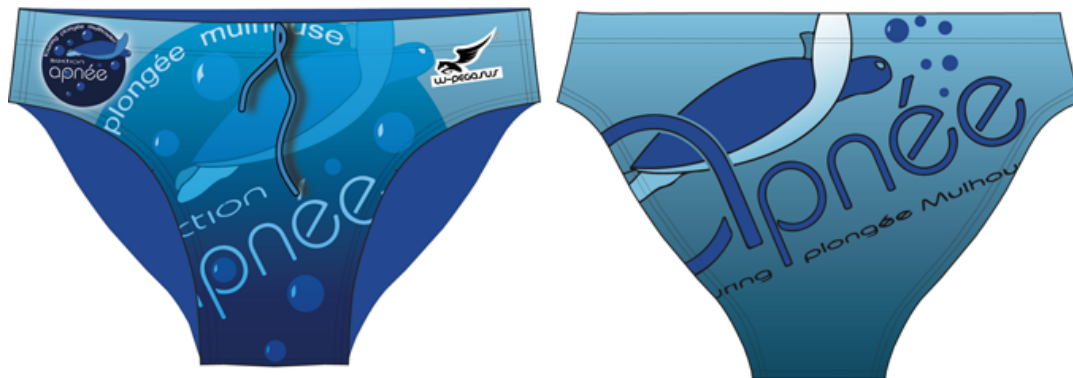
Passage de RIFAA :

Bravo à nos nouveaux RIFAApnée : Jonathan, Robert, Amin, François, Christophe et Jean-Lou et merci aux formateurs : Mathieu, Arnaud et Khalid. Après deux soirées intensives coordonnées par notre moniteur national de secourisme Mathieu Veuillet, le RIFAA s'est finalisé autour d'une matinée dans l'eau, à la piscine des Jonquilles !

Passage du A2 : Robert Brunet

Nouveaux maillots de bain de la section apnée :

MEN



Participation au stage initial et final de l'examen d'initiateur apnée Comité Est : merci aux membres du jury du TPM : Jean-Marie Knecht, Jean-Marie Latsague, Arnaud Ponche et Olivia Fricker.

3. Animations et activités diverses :

Représentation de la section à l'AG du Comité Est et aux réunions de CODEP 68 par Arnaud, en tant que responsable de la Commission départementale apnée.

Organisation de 7 sorties en milieu naturel :

- 3 sorties à la Tauchturm, Basel ;
- Gravière : 18 mai, 27 juillet ;
- les 13 et 14 septembre, sortie fête de la gravière, nos cadres ont animé des ateliers et de nombreux apnéistes du club sont venus.

Participation aux baptêmes de l'été : Grégoire, Khalid, Amin et Eric.

Participation aux Planètes Aventure : Arnaud Ponche, Khalid Wahid, Raymond Muller, Amin Ahmed et Mathieu Moser.

Participation à la fête du sport, Mulhouse, juin 2013 : Olivia, Grégoire, Serge, Eric et Khalid.

Examen de l'initiateur apnée : bravo à Khalid WAHID qui a réussi l'examen avec succès et est désormais IE1 apnée.

Examen du MEF1 apnée : bravo à Jean-Marie LATSAGUE qui a réussi l'examen avec succès et est désormais MEF1 apnée.

Médaille d'argent de la FFESSM remise à Arnaud Ponche par Glenn Vitry, membre du CDN, en août 2014 à Carry Le Rouet.

Et naturellement un grand merci à tous nos initiateurs, moniteurs et juges qui ont participé toute la saison passée, au fonctionnement de la section apnée :

- Olivia FRICKER
- Loic MOREL
- Serge COLAS
- Grégoire FOLLY
- Jean-Marie KNECHT
- Khalid WAHID
- Eric RUETSCH
- Raymond MULLER
- Robert BRUNET
- Gabriel CAMACHO

Sans vous tous, nos apnéistes ne pourraient pas pratiquer toute l'année, dans le plaisir et la sécurité !

Arnaud Ponche

Responsable de la Section Apnée

Touring Plongée Mulhouse

Septembre 2014