



Rapport d'activités Apnée - saison 2019 – 2020

1. Entraînement et compétition

Une saison écourtée mais riche en résultats

Le 13ème Stage de préparation à la compétition a eu lieu du 11 au 13 novembre 2019 et a accueilli une quinzaine d'athlètes venus de toute la France. Une dizaine d'encadrants et bénévoles ont permis son bon fonctionnement, merci à tous.

Suivi de l'équipe du CETACE et compétition :

Participation à la Manche de Coupe de France d'Amnéville, à la Coupe de Noël en décembre à Village-Neuf et Mulhouse, au Championnat inter-région à Belfort en janvier, au Championnat d'Alsace en février à Sélestat puis fin de la saison de compétition du fait de la pandémie.

7^{ème} année de fonctionnement du 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 (Strasbourg, Orange, Sélestat et Langres).

Staff : Arnaud Ponche, Olivia Fricker, Robert Brunet et le médecin fédéral François Vo Dinh.

Merci à Caroline Penninck qui a suivi certains des athlètes cette saison en tant qu'ostéopathe et nous a notamment accompagnés à Amnéville et Village-Neuf.

Après une prise de repère en début de saison fin novembre, début décembre et déjà de beaux résultats, nos compétiteurs se sont rendus au Championnat inter-régional à Belfort, le 19 janvier, dont voici les résultats.

De l'argent Et du bronze en statique pour Philippe Chambrion et Thierry Adloff, de l'or et de l'argent en apnée dynamique bi-palmes pour Marc-Antoine Graziani et Charly Huber, du bronze en DNF pour Thierry et de l'argent pour Bernard en 16x25m !

Un grand merci à toute l'équipe d'organisation de l'ASM Belfort, qui a su nous accueillir dans des conditions exemplaires, comme chaque année ainsi qu'aux juges du club venus aider, Olivia, Raymond, Manu, Jean-Marie et Fraser.

Championnat d'Alsace, 7 février, Sélestat

Encore de beaux résultats avec de l'Or avec 7'31 pour Philippe Chambrion et du bronze en statique pour Thierry Adloff avec une meilleure performance personnelle et un chrono de 6'06, nos mulhousiens ont encore frappé fort, avec Morgan Andro qui s'offre l'Or en dynamique monopalmes

avec 104,80m et Hélène du CETACE est 2ème avec 100m. En bi-palmes Olivier Loesinger est 4ème avec 111,40m et Charly Huber 5ème avec 104,65m et une meilleure perf personnelle.

En sans palmes, Morgan est de nouveau 1ère avec 84m suivie de Hélène avec 75m, Thierry Adloff est 3ème avec 108m et Olivier Loesinger 3ème !

En 16X25m, Morgan s'est alignée aux côtés de deux championnes de niveau national, à l'image de Hélène Gass et Sarah Guesquières. Morgan finit 3ème en 8'38"45.

Côté hommes, Thierry Adloff et Charly Huber ont joué le jeu en s'alignant en bi-palmes aux côtés des sprinteurs en monopalme. Ils finissent 6 et 7ème avec 9'28"46 pour Charly et 9'57"51 pour Thierry !

Merci à tous nos juges du TPM, Arnaud, Juge principal, Manu, Raymond, Olivia et Mikaël. Merci au CPS Club de Plongée de Sélestat, sa Présidente Katy Lambinet et toute l'équipe de bénévoles, notamment ceux de la commission apnée du club, qui nous ont accueilli dans des conditions extra pour cette 10ème édition !

Hélène Gass, entraînée au sein du CETACE mulhousien, licencié à l'ACAL Strasbourg, a encore frappé fort. Bravo à elle puisqu'elle a obtenu un record de France !



Pendant le confinement, des entrainements en apnée statique à sec ont été organisés en Visio, au sein du groupe entrainement, ce qui a permis surtout, de continuer à se voir et entrainer. Merci à Xavier pour l'initiative.

2. Passages de niveaux :

Les formations qui étaient prévues au printemps n'ont malheureusement pas eu lieu en salle du fait du COVID, pour préparer les niveaux apnéistes piscine et eau libre. Morgan, Xavier et Robert se sont rendus au stage initial Expert (ancien niveau 4) à la Gravière mais n'ont pas pu se préparer pleinement pour les épreuves de profondeur.

Des sorties en milieu naturel ont été organisées à partir de l'été afin de préparer les niveaux « confirmés et experts ».

Formation de cadres

Nos moniteurs ont continué à suivre nos deux stagiaires pédagogiques Initiateurs en Visio, pendant le confinement, l'examen devant initialement avoir lieu début mai. Ce dernier a été reporté aux 4 et 5 juillet à la Gravière du Fort.

Félicitations à Xavier Herent qui a passé avec succès l'examen final d'Initiateur apnée, organisé par le CODEP 68 et la Commission Apnée Est. 4 membres du club étaient également présents dans le jury, Olivia, Arnaud, Manu et Remy. Merci à Manu et Olivia pour le tutorat.

Nous avons encore un stagiaire pédagogique IE1 Apnée en cours : Bernard Rapp.

Formation secourisme RIFA Apnée

Samedi 7 décembre, la commission a organisé une formation de 20 secouristes (ouverte à tous et aussi à d'autres clubs), afin de se former à la compétence « Réaction et Interventions Face à un Accident subaquatique, spécialité apnée ». Merci à nos formateurs dont nos responsables secourisme du CODEP 68 William Hurst, apnée Arnaud Ponche et notre médecin fédéral Francois Vo Dinh. Ils ont été accompagnés par nos formateurs ANTEOR, cadres apnée et plongée : Sophie Calvo (également infirmière anesthésiste), Olivia Fricker et Manu Siraud.



Après une partie théorique et pratique en salle de 9h à 17h, les stagiaires ont ensuite travaillé en bassin jusqu'à 20h, afin de pratiquer les sauvetages, évacuation, gestes qui sauvent et appels des secours depuis la piscine de l'Illberg. Un grand merci à la Ville de Mulhouse pour la mise à disposition du bassin olympique ainsi qu'au CODEP qui par la mise à disposition de nombreux matériels de secourisme a permis de mettre en place plusieurs ateliers autour de nos nombreux formateurs.

La soirée s'est finie dans une super ambiance autour d'une bonne pizza !

Bravo à nos nouveaux titulaires du RIFAA : Séverine, Charly, Paul, Mathieu et Thierry mais aussi à ceux venus se recycler, Xavier, Raymond, Cécile.

3. Animations et activités diverses :

Réunion de reprise fin juin avec les cadres apnée afin de mettre en place un protocole pour les sorties à la gravière mais également la reprise à la fosse du stade nautique, gestion en amont des présents (max 10).

Réunion de reprise le 16 septembre avec les cadres, pour préparer cette fois-ci la reprise en piscine, présenter le protocole COVID élaboré par le club en concertation avec la Ville, faire un point sur le fonctionnement de l'accueil et des lignes, la traçabilité des présents ...

Représentation de la commission à l'AG du CODEP 68 et aux réunions du Comité Est. Aide à l'organisation de la Fête du CODEP mais également de la Gravière du Fort.

Organisation de 10 sorties

Ce qui représente une année moyenne en terme de sorties en milieu « profondeur ». Un grand merci à toute l'équipe d'encadrement car nous nous sommes régalingés.

- Sortie fosse à Saint-Dié, le 14 février 2020 ;



- 5 sorties à la Gravière du Fort ;
- 3 sorties nage à Reiningue en septembre entre la fermeture du stade et la reprise ;
- Une sortie lors de la Fête de la plongée à la Gravière.

Le stage qui était prévu dans le Sud fin mai pour la préparation des ACEL et AEEL a du être annulé ainsi que la sortie annuelle à la fosse de Dijon.

Formation MEF2 apnée

Arnaud et Olivia ont eu le plaisir d'intervenir dimanche 10 novembre, sur le stage initial MEF2 qui s'est tenu à la Gravière du Fort.

Et naturellement un grand merci à tous nos initiateurs, moniteurs et juges qui ont participé toute la saison passée, au fonctionnement de notre commission apnée en animant les créneaux piscine ou sorties en milieu naturel :

- Morgan ANDRO
- Olivia FRICKER
- Mikaël DOURET
- Serge COLAS
- Eric RUETSCH
- Raymond MULLER
- Robert BRUNET
- Bruno SILVA
- Jean-Marie LATSAGUE
- Manu SIRAUD
- Philippe CHAMBRION
- Remy HEULLE
- Nos stagiaires pédagogiques Xavier HERENT et Bernard RAPP.

Ainsi qu'à notre Doc, le médecin fédéral François Vo Dinh et Caroline Penninck qui nous a rejoint en ostéopathie depuis 3 saisons maintenant.

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

Arnaud Ponche

Responsable de la Commission Apnée

Touring Plongée Mulhouse

Septembre 2020