Zoom...

... Le club de plongée de Sarcelles

CLUB DE PLONGÉE DE SARCELLES - VAL D'OISE
1er club de la région parisienne de
Plongée Sportive en Piscine (PSP)

AASS-SUB
Né en 1985

Le club de plongée de Sarcelles qui fait partie intégrante de l'AAS Sarcelles, club fédérateur depuis 1985, est présidé depuis plus de 10 ans par M. Boughalem dit « Mao » (Président adjoint du Codep 95). Il compte plus 120 adhérents et dispose 3 soirs par semaine, les mardi, mercredi et vendredi de 20 h 45 à 22 h 30 de la piscine de Sarcelles complètement rénovée en 2012. La piscine de Sarcelles dispose de 3 bassins, un de 50 m, un de 25 m et un petit bassin.

25 moniteurs, tous bénévoles, s'occupent de former et d'entraîner les adhérents dans la bonne humeur. La quasi totalité des activités qui dépendent de la FFESSM sont praticables au sein du club qui dispose de l'équipement complet pour 60 plongeurs (gilets stabilisateur, détendeurs, bouteilles, palmes, masques… le tout parfaitement entretenu), ainsi que d'un compresseur tout neuf. Trente équipements complets de NEV (hydrospeed, casque, gilet…) sont à la disposition des membres du club. Les structures de PSP (description de cette nouvelle activité page suivante) sont déployées tous les mardis afin de pouvoir pratiquer un entraînement réaliste. La piscine de Sarcelles est équipée pour permettre aux adhérents handicapés d'évoluer dans les meilleures conditions.

AASS-SUB

• Plongée sous marine à partir de 10 ans

Les enfants peuvent passer les diplômes de plongeur de bronze, d'argent et d'or, 5 moniteurs sont affectés à ce groupe qui est bien évidemment très animé. Les enfants participent aux Ripes (rencontres internationales de la plongée enfant) pendant les vacances de la Toussaint.

Les moniteurs du club sont en mesure de faire passer les diplômes de niveau 1, 2 et 3 pour les adultes ainsi que de dispenser des formation Rifa plongée, Nitrox, etc.

Des sorties sont organisées en Méditerrannée pour valider les niveaux tous les ans.

• Apnée et chasse sous-marine

Entraînement lors des trois créneaux piscine, passage des niveaux d'apnée, passage du Rifa Apnée et, bien sûr, sortie apnée en milieu naturel et sorties chasse sous-marine régulières.

• HandiSub

Cette section a démarré à Sarcelles en 2012, elle compte aujourd'hui 8 moniteurs de EH1 à MFEH1 et est le centre de formation des encadrants pour le Val d'Oise.

• Nage en eaux vives (NEV)

Le référent national pour la FFESSM et instructeur national Thierry Ravoisier est membre du club depuis de longues années et multiple champion de France de la discipline ; plusieurs adhérents participent à des compétitions nationales avec de plutôt bons résultats. Des sorties sur plusieurs rivières françaises sont organisées d'avril à octobre et des créneaux à la base de loisirs de Cergy sont réguliérement réservés à des fins de formation et d'entraînement. Le Rifa NEV et les différents niveaux de nageur en eaux vives peuvent être validés par les moniteurs du club.

• Biologie sous-marine

Dominique Baldassari, présidente de la commission de biologie sous-marine du Codep 95, est monitrice au sein du club depuis plus de 10 ans. Des soirées sur la découverte du milieu marin sont organisées chaque mois.

• La Plongée Sportive en Piscine (PSP ou Sport Diving)

C'est une nouvelle discipline sportive CMAS en plongée scaphandre, elle se pratique exclusivement en piscine.

C'est une activité indissociable de l'aspect compétitif et très ludique. Des sections commencent à se former dans les clubs, les premières compétitions se mettent en place ; le club de Nîmes, à la pointe, en est à sa troisième compétition internationale.

L'activité est ouverte aux plongeurs en scaphandre CMAS (Niveau 1 ou plongeur d'or pour les moins de 14 ans).

À ce jour, la FFESSM reconnaît 7 épreuves.

Description succincte des épreuves individuelles ou en équipe :

Épreuves individuelles :

- **Chrono Immersion 100 ou 200 m :** déplacement subaquatique dans le meilleur temps possible sur la distance.

- **Émersion d'un objet de 6 kg :** déplacement subaquatique sur une distance de 23 m, puis émersion d'un objet de 6 kg à l'aide d'un parachute dans le meilleur temps possible.

- **Épreuve 200 ou 300 m décapelage :** les concurrents s'immergent, décapèlent après 12,50 m, parcourent 12,50 m en apnée puis nagent 75 m en PMT, s'immergent à nouveau et rejoignent leur matériel en apnée (12,50 m), recapèlent et finissent la distance prévue (200 ou 300 m en tout).

- **Scaphandre nocturne :** rechercher 3 objets au fond dans un temps maximum de 3 minutes, le masque obturé.

Épreuves en équipe :

- **Octopus 50 m :** déplacement subaquatique chronométré en binôme au cours duquel les plongeurs n'utilisent qu'une seule bouteille.

- **Combiné :** réalisation d'un parcours chronométré en binôme avec de multiples épreuves, passage de tunnels, décapelage, recapelage, déplacement sans masque, transport d'un mannequin.

- **Relais (4 x 50 m, 4 x 100 m ou 4 x 200 m) immersion :** 4 relayeurs parcourent la distance prévue dans le meilleur temps possible avec passage de témoin.

Une démonstration et une compétition de cette activité sont organisées avec l'ensemble des clubs de Val de France à la piscine de Sarcelles le 6 avril 2014 de 13 à 19 h.

« Le Vieux Campeur » sera sponsor de cette manifestation.

Le club dipsose d'un site Internet : http://www.aass-sub. fr, et Christophe, le Directeur Technique est disponible pour vous fournir plus d'informations sur l'ensemble des activités proposées par l'AASS-Sub (email : christophe@aass-sub.fr)