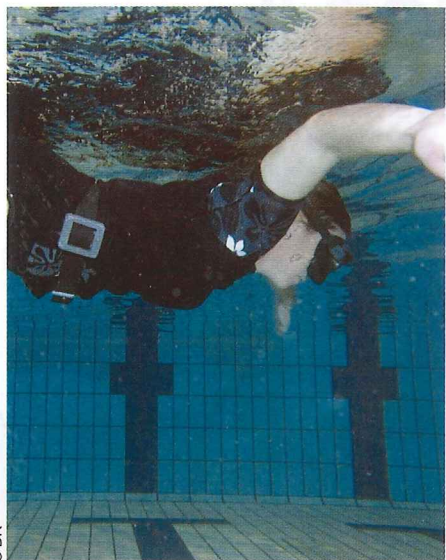


## ■ APNÉE HANDI À MURET



© DR

Cette saison, le Galathée club de Muret (CODEP 31) se lance dans une progression apnée destinée aux plongeurs et des plongeurs en situation de handicap. Un des objectifs est d'animer des séances mêlant les apnéistes handis et valides. Lors de la 1<sup>re</sup> séance en piscine, nous avons posé certaines bases : relaxation, surveillance et sécurité, apnée statique et ventilation de récupération, dynamique seul sans palme et dynamique en binôme. Lors de cette séance nous avons pu nous rendre compte que la gestion du froid en apnée statique, qui est déjà habituellement un point clef, est à adapter encore un peu plus. Il en va de même pour bon nombre de fondamentaux (lestage, point d'appuis, hydrodynamisme, surveillance...) et pour les composantes techniques à mettre en avant. Depuis, l'ensemble des acteurs, moniteur EH et plongeurs PESH s'entraînent et travaillent à mettre en place une progression adaptée. ■

Stéphane Caumartin

## ■ L'ACBB PLONGÉE SUR LE PODIUM DU SEMI-MARATHON DE BOULOGNE-BILLANCOURT... UNE PREMIÈRE RÉUSSIE !



© DR



Qui a dit que les adhérents de l'ACBB plongée n'évoluaient que sous l'eau ? Six d'entre eux ont prouvé le contraire en prenant part au 17<sup>e</sup> semi-marathon de Boulogne-Billancourt, le 17 novembre dernier. Maryse Piton, Slim Ben Attalah, Nicolas Biétry, Jérôme Marc, Emmanuel Piton et Thibaut Pupat ont relevé le Challenge ACBB et ils n'ont pas démerité face aux redoutables membres de l'Athlétisme et du Triathlon. Au classement, ils terminent 3<sup>es</sup> avec un cumul des 3 meilleures performances de 4h 50' 24". Bravo aux sportifs mais aussi à leurs supporters qui ont su réchauffer l'ambiance avec des encouragements et des claquements de palmes dignes des plus grands stades ! À l'année prochaine ! ■

Thibaut Pupat

## ■ MISSION TÉLÉTHON 2013



© DR

Après 30 heures de relais apnée pour les équipes des clubs de Conflans St Honorine, Évry, St Quentin, Reims, Saverne, Strasbourg, Mulhouse, Vittel, Épinal, Lunéville, Nancy, St Avolt, L'Hôpital, Forbach, Dijon, Saarburg (D) Belgique et de Sarrebourg, 150 nageurs petits ou grands, ont battu le record de la distance de 2012 avec 345,500 km, nouveau record de l'heure avec une équipe mixte 8750 m. Dimanche 8 décembre, au centre nautique de Sarrebourg, en présence d'Alain Marty député maire, Denis Wilhem, responsable des sports de la ville, Patricia Parot responsable des associations sportives, Armand Reinhard président d'honneur du Club plongée Sarrebourg, Éric Noel représentant le CODEP 57 FFESSM ainsi que tous les participants, Patrick Philippon président du club local a annoncé le nouveau record des sommes récoltées au profit de l'AFM avec 15083,42 €. Le rendez-vous est déjà pris pour 2014. Merci à tous les participants, personnel du centre nautique pour leurs différentes animations, équipe de kiné-masseurs, Triathlon pizzaiolo, groupes musicaux sponsors et autres donateurs. ■

Patrick Philippon



© DR