Entrainement le 4 décembre

L’entraînement se déroulera de 19h à 21h, ce

jeudi 4 décembre

Le directeur de bassin sera Valérie	
	Gilbert l’assistera et surveillera le bassin pour le début d’entrainement
	Sylvie doit encadrer Olivier pour qu’il apprenne enfin à cuisiner… Résultat ce jeudi.

Inscrivez-vous pour voir ça au SONDAGE

Entrainement le 27 novembre

Pour l’entraînement de 19h à 21h, ce

jeudi 27 novembre

Le directeur de bassin sera Patrick Delmas	
	Un camarade encadrant partagera sans doute avec lui la charge de la surveillance du bassin
	Pour fêter leurs 3 ans, 1 mois et 4 jours de mariage, Philippe et Valérie ont décidé de cuisiner de concert (ie : ça ne signifie pas qu’on touille la soupe avec un archet) pour vous.

Allez vite vous inscrire
SONDAGE

Entrainement le 20 novembre

Pour l’entraînement de 19h à 21h, ce

jeudi 20 novembre

Le directeur de bassin sera Christophe Tacaille	
	Un camarade encadrant partagera sans doute avec lui la charge de la surveillance du bassin

	Commencez à jeûner dès votre inscription : ce sont Marsienne et Gilbert qui sont de repas jeudi !!

En revenant d’aller acheter du Citrate de bétaïne, inscrivez-vous donc au
SONDAGE

Entrainement le 13 novembre

L’entraînement aura lieu de 19h à 21h, ce

jeudi 13 novembre

En grande première mondiale – il est probable que l’entrainement soit perturbé par des journalistes étrangers, même – le DP sera Éric Raymondière, Riri pour les intimes.	
	Toujours éloigné de l’eau, sauf dans son Ricard, Gilbert sera une nouvelle fois DP adjoint et partagera la surveillance du bassin avec Éric

	Jacques et Aline sont les responsables de la restauration… Inscrivez-vous avant mardi minuit pour leur permettre de faire des courses en rapport avec le nombre de présents.

Cliquez pour cela sur le mot SONDAGE

Entrainement le 6 novembre

L’entraînement reprend les horaires normaux, 19h-21h, ce

jeudi 6 novembre

Franck, prévu comme DP, est retenu du côté de Toulon où il est resté en vacances suite à notre séjour « encadrants ». C’est donc Gérard qui le remplace	
	Gilbert, DP adjoint, partagera le boulot avec lui. Merci à eux deux…
	Michel et Ana nous font un repas bretonno-espagnol… Peut-être un kouign amann à l’huile d’olive ? Inscrivez-vous pour voir ça au

SONDAGE

Week-end « Encadrants » au Lavandou

Le week-end dernier, les encadrants du club étaient conviés à un stage au Lavandou (Var), dans le but d'échanger sur leurs pratiques, remettre à niveau leurs compétences, pratiquer des plongées profondes dans le but de gagner en aisance ou assurance pour leurs encadrements futurs.

Devant les problèmes de disponibilité rencontrés, ce stage a été ouvert à d'autres plongeurs expérimentés du club et c'est finalement un groupe de 10 plongeurs qui a posé ses valises le vendredi soir à l'hôtel des Pins Penchés : Anne-Laure, Cyrille C, Cyrille D, Franck Q, Franck S, Fred, Gautier, Lilian, Philippe C et Valérie.

ngg_shortcode_0_placeholderCe bel écrin (cadre hyper sympa, nourriture simple mais copieuse, proximité du club de plongée) servait de camp de base pour des immersions opérées par le club Lavandou Plongée.

ngg_shortcode_1_placeholderQuatre plongées étaient au programme.

Nous avons partagé le bateau le samedi avec un club de Saint-Étienne, pour une plongée le matin sur l'épave du Wild Cat (chasseur anglais immergé depuis 1956 ou 1957) située sur un fond sableux à 53m, puis l'après-midi sur l'épave du Togo (cargo à vapeur coulé par une mine en 1918, en assez bon état et couvert de belles gorgones violettes), magnifique mais échouée sur un fond de 60m. Franck nous a d'ailleurs limités pour cette plongée à 50m…

ngg_shortcode_2_placeholderCe programme, visiblement trop

ambitieux pour nous quand l’autre club faisait de la déco Nitrox, a malheureusement été la cause d’un problème sérieux : notre DP Franck a ressenti dès la sortie de la plongée du Togo une ankylose de la jambe gauche, qui l’a conduit devant son incapacité à marcher survenue dans la soirée à appeler le 15. En lien avec les médecins du SAMU et du Caisson hyperbare de Toulon, les pompiers ont emporté notre pauvre Francky vers l’hôpital militaire de Sainte-Anne, où un ADD médullaire a été diagnostiqué. Suite à un appel nocturne de l’hôpital, c’est ensuite son binôme de plongée Cyrille C que Lilian a conduit à Toulon…

ngg_shortcode_3_placeholderDevant cette situation, en lien avec notre Présidentissime Philippe M, nous avons décidé d’annuler notre participation aux plongées prévues le lendemain.

Si le cas de Cyrille (il a tout de même fait 2 séances de recompression en caisson !) a été jugé peu sévère, ce qui nous a permis d’aller le chercher à 18h le dimanche soir, celui de Franck est plus sérieux. C’est donc la mort dans l’âme que nous l’avons abandonné aux bons soins de la très performante équipe de l’hôpital Sainte-Anne, où il devra rester pour effectuer 14 séances de caisson

Si à l’heure où j’écris ces lignes il souffre d’une paralysie de la jambe gauche et d’un transit à l’arrêt, la bonne nouvelle est arrivée hier : il va dans les jours qui viennent récupérer l’ensemble de ces fonctions et ne souffrira d’aucune séquelle

Cette EXCELLENTE nouvelle accompagnait hélas une seconde, moins rigolote : la très probable fin de sa carrière « active » de plongeur : s’il pourra continuer parmi nous à nager, faire de l’apnée, organiser des formations, dispenser des cours et peut-être même diriger des plongées, ce sera sans trop d’espoir de remettre un bloc sur le dos

Entrainement le 30 octobre

Comme c’est le cas à chaque vacances scolaires, les formations sont mises en pause, mais le bassin est ouvert et c’est même à 18h que commence l’entrainement du

jeudi 30 octobre

Le DP de la séance sera Gilbert	
	Comme la séance est longue, peut-être un ou plusieurs camarades viendront l’épauler?
	Et c’est sous forme d’auberge espagnole que le repas se déroulera

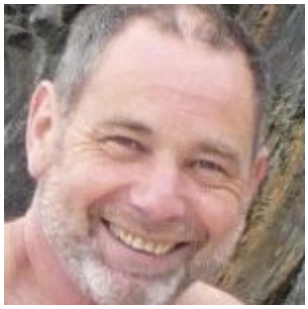
Vous pouvez vous inscrire pour y participer au

SONDAGE

Entrainement le 23 octobre

Comme c’est le cas à chaque vacances scolaires, les formations sont mises en pause, mais le bassin est ouvert et c’est même à 18h que commence l’entrainement du

jeudi 23 octobre

Le DP de la séance sera Daniel	
	Comme la séance est longue, peut-être un ou plusieurs camarades viendront l’épauler? Philippe Maurin s’est déjà proposé…
	Et c’est sous forme d’auberge espagnole que le repas se déroulera

Vous pouvez vous inscrire pour y participer au

SONDAGE

Reprise le 16 octobre

Sauf si le ciel nous tombe sur la tête, comme me le disait l’autre jour Astérix, la piscine réouvre et le premier entrainement aura donc lieu ce

jeudi 16 octobre

Comme il a oublié de relancer la rotation , c’est Philippe qui sera DP	
	Oliviier, DP adjoint, assurera la première heure de surveillance
	Le chef c’est la chef ! En fait la sous-chef, puisqu’elle a abdiqué en faveur de Claude… Marie-Annick se propose de régaler les convives après leur premier entrainement de la saison. Il y en aura sûrement bien besoin après cette reprise

Vous pouvez vous inscrire pour y participer au

SONDAGE

Hasta luego, amigo

Mise à jour du vendredi 10

> *Les obsèques de Philippe se dérouleront au crématorium de Saint Georges de Didonne à partir de 13h30.*
>
> *Domi ne souhaite pas de fleurs…*

Voilà… c’est arrivé.

Est-ce que le fait de savoir que ça allait arriver aide quand ça arrive ? Je ne crois pas, non…

Est-ce qu’on peut trouver du réconfort en pensant que ces dernières semaines de souffrance sont enfin terminées pour lui ? Je ne crois pas, non…

Est-ce qu’on peut accepter l’injustice d’une maladie qui survient quand on est encore si jeune et si plein de projets ? Je ne crois pas, non…

En tous les cas, après Gilles il y a deux mois, me voici à nouveau en train d’alimenter la rubrique des au-revoirs.

Pour les membres du club les moins vieux, Philippe et sa femme Domi, bien avant de venir partager nos sorties à l’Estartit, furent des membres actifs de notre club, avant que la mer ne les prenne.

Car Philippe était un marin.

Passionné !

Au point d’avoir convaincu femme et enfants d’embarquer pour une année sabbatique en voilier après avoir vendu la maison.

Je n’en suis pas un, de marin, moi… Mais j’apprends un peu. Et je garde au fond de mon cœur le convoyage du voilier de mon

pote Yann, en juillet dernier, avec Philippe et Jean-Louis, comme une belle et forte expérience, que je suis heureux d'avoir partagé avec eux, avec toi, Philippe.

Et comment ne pas penser à toi devant les mots de Baudelaire

> *Homme libre, toujours tu chériras la mer !*
> *La mer est ton miroir ; tu contemples ton âme*
> *Dans le déroulement infini de sa lame,*
> *Et ton esprit n'est pas un gouffre moins amer.*

À toi, Domi, notre amie, à vous Chloé et Antoine, vos enfants, à ces deux petits dont l'arrivée a tenu Mon Philippe en vie pour pouvoir les embrasser, nous adressons nos plus sincères condoléances.

Reprise…

… de quelques kilos avant de réattaquer la saison.

Bon, la piscine va réouvrir, ce n'est qu'une question de jours.

Et là, vous pourrez à nouveau sculpter des corps d'éphèbe ou de naïade.

Alors autant en profiter une dernière fois pour amasser triglycérides et cholestérol, non ?

Donc ce jeudi pas de nage, du gras, du gras, du gras… et de l'alcool !

La preuve : c'est Philippe (dit « El Presidente ») qui se charge de la préparation. Et comme il n'a mangé que du poisson bouilli en buvant du Vichy à Safaga…

Inscrivez-vous au

SONDAGE

Formations Bio 2025-2026

Comme tous les ans, la Commission Départementale Environnement et Biologie de Gironde organise des formations.

Les cours débuteront le mardi 23 septembre.

Cliquez sur les images ci-dessous pour plus d’informations…