

LE SPIROGRAPHE



La Gazette de
l'USM Plongée

usmplonge@wanadoo.fr
<http://perso.wanadoo.fr/plongee.melun>

50, quai du Maréchal Joffre
Piscine Municipale de Melun
77000 MELUN

Numéro 07 - mai 2006



Alain, comme un
poisson dans l'eau...

Le Mot du Président

Le mois de mai est traditionnellement celui des examens et des premières sorties en mer.

A vous les niveaux 2 et 3 de plancher sur vos examens de bon plongeur, ensuite en juin ce sera le tour des niveaux 1.

A tous, je vous souhaite de réussir et concrétiser tous les efforts accomplis pendant 8 mois.
Alors bonne chance et bonnes plongées.

Le Président

Edito

Ce coup-ci, c'est pour de bon, l'hiver est bien fini ! Youpi, c'est le temps des sorties ! A nous les tenues légères, les combinaisons et les ceintures de plomb !...

Qui dit ceinture dit palmes. Au fait, vous êtes parés ? Patrick éclaire les hésitants. Peut-être aurez-vous la chance de croiser une grande nacre pendant une de vos plongées, auquel cas vous pourrez, merci Didier, étonner par votre savoir au retour sur le bateau. Je suis allée plonger à Bruxelles et je vous ai ramené un petit récit et quelques photos. Enfin, nos névistes ont encore brillé, nous les avons donc mis à l'honneur.

Je vous souhaite à tous de très bons moments et bonne chance à tous ceux qui passent des examens.

Je retourne à mes bouquins et vous dis à très bientôt. Belles plongées.

Véronique

Samedi 17 juin, une date à retenir !

Afin de terminer la saison dans la joie et la bonne humeur, Michel nous a concocté un petit rallye pédestre.

Pensez à bloquer la date dans vos agendas et à vous inscrire. Surtout, venez avec vos pieds, vos méninges et faites vos équipes.

Comme d'habitude, toutes les infos sont disponibles auprès de nos charmantes secrétaires.



KLM



Palmes chaussantes ou réglables ? Par Patrick

Il existe deux grands types de palmes :

Les réglables, qui permettent de mettre des bottillons plutôt que des chaussons.
Les chaussantes, qui tiennent mieux le pied, permettant de retransmettre plus de puissance, ce qui est intéressant pour les palmes longues.

Essayons de dégager quelques points objectifs :

Les palmes réglables, points positifs :

Les bottillons sont plus épais que les chaussons et ont une semelle plus rigide. Ils offrent donc une meilleure protection contre le froid, ce qui est nécessaire lorsqu'on plonge en eau froide. Ils permettent aussi de marcher sur les rochers ou ailleurs, ce qui est pratique en cas de départ de la côte ou lorsqu'il faut marcher entre le centre de plongée et le bateau.

Points négatifs :

Il arrive que les sangles ou les attaches des palmes cassent.
Elles sont plus chères et les bottillons sont plus chers que les chaussons.
Les boucles des sangles et le volume plus important du bottillon augmentent la traînée et réduisent l'efficacité du palmage.

Les palmes chaussantes, points positifs :

Le confort, tant au niveau du palmage que pour s'équiper et se déséquiper. Des chaussons très souples en néoprène peuvent être utilisés avec ces palmes.

Points négatifs :

L'usure du chausson de la palme se manifeste généralement par une déchirure, ce qui la rend rapidement inutilisable.



L'important est de choisir vos palmes en fonction de votre morphologie, du type d'eau (froide/chaude) dans laquelle vous plongez et du type de plongée (départ côte/départ bateau).

Comment choisir des palmes chaussantes ?

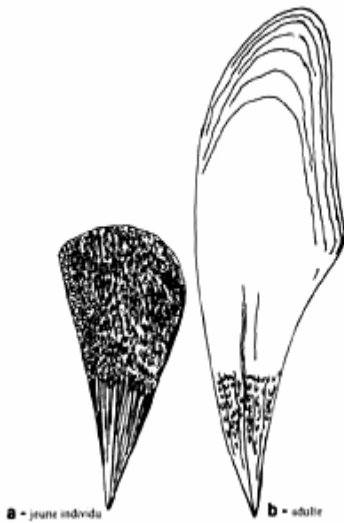
Avant tout, notons que les palmes n'ont pas de pied droit ou gauche : elles sont identiques. Il est recommandé de choisir une pointure suffisante pour que la palme puisse être enfilée avec un chausson. C'est une protection contre le froid et un confort incomparable contre les ampoules. Si donc vous choisissez d'acheter aussi un chausson, commencez par en choisir un à votre taille, puis essayez les palmes avec votre chausson au pied. Pour qu'une palme vous aille, il faut qu'elle tienne au pied et qu'elle ne vous serre pas trop. Vous ne devez pas vous sentir comprimé, sinon vous aurez mal très rapidement. Pour voir si elle tient, faites d'abord un contrôle visuel : il ne doit pas y avoir autour de votre pied (ou de votre chausson) d'espace plus grand que l'épaisseur du bout de l'auriculaire. Faites ensuite un contrôle physique : posez le pied à plat au sol et levez le talon à 45° : il ne doit pas sortir de la palme.

Voilure (partie plate) : prenez une voilure assez grande, mais ne choisissez pas la voilure la plus grande si vous n'avez pas l'habitude de palmer avec une voilure normale.

Comment choisir des palmes réglables ?

Commencez par choisir le bottillon et essayez vos palmes bottillon au pied. Comme pour les chaussantes, il n'y a ni droite ni gauche : elles sont symétriques. Attention surtout à la forme de votre pied : si votre cou de pied est fort, vous devez vous assurer que votre pied entre bien dans la palme jusqu'au fond. Plus le dessus de la palme s'arrête loin de la cheville, plus vous devrez faire d'effort pour palmer (principe du levier).

Un peu de Biologie... avec Didier Sotto-Lamy



A gauche, une jeune nacre. A droite, une nacre adulte.

La Grande nacre *Pinna nobilis* est le plus grand mollusque bivalve de Méditerranée : elle peut atteindre 1 m de hauteur. Brisée par les ancres des bateaux et le passage des chaluts, ramassée par certains plongeurs amateurs de souvenirs, elle est devenue rare en France.

Depuis 1992, la Grande nacre est protégée par la loi (arrêté du 26 novembre 1992) et son ramassage expose à de lourdes amendes.

Elle vit à demi enfouie dans le sédiment, enracinée par son byssus (sécrétion filamenteuse), principalement dans les herbiers à Posidonie (*Posidonia oceanica*), entre la surface et 35-40 m de profondeur.

Elle abondait jadis sur le littoral, les Romains fabriquaient des boutons avec sa nacre et utilisaient les filaments du byssus pour tisser des vêtements.

Certains prétendent que cette fine chevelure sert à confectionner la "toison d'or" !

La protection de *Pinna nobilis* passe par l'établissement de zones d'herbiers où le mouillage est interdit et par le respect des interdictions de pêche au chalut à moins de trois milles des côtes.

Les effectifs régressent également à cause des aménagements du littoral (plages artificielles, ports gagnés sur la mer, endiguages etc.) qui détruisent les herbiers et recouvrent les lieux de reproduction par petits fonds.

La pollution, due aux rejets d'eaux usées, tue les larves et limite le recrutement annuel des jeunes.

Quelques spécimens résistent cependant sur les côtes provençales, dans l'archipel des Embiez, les îles d'Hyères, les îles de Lérins et en Corse.

La rencontre avec cette « Grande Dame », qui inspire un profond respect, est chaque fois un réel instant de bonheur, alors sachons la découvrir et apprenons à la préserver en plongeurs responsables.

Il m'est personnellement arrivé en survolant quelque herbier à Posidonie d'y faire une autre rencontre toute aussi émouvante, celle des poissons « Lune ».

Je vous parlerai de cet animal qui semble venu d'une autre planète dans un prochain article de votre gazette...

Bonnes plongées et à bientôt.

Didier



Une Grande Nacre, photo Didier Sotto-Lamy

Dites 33 !

Samedi 22 avril dernier, rendez-vous devant la piscine, direction Bruxelles... Étrange destination pour une journée de plongée, sauf que les quelque quarante plongeurs et accompagnateurs se sont levés aux aurores pour « tester » Némó, mais non pas le Capitaine, la fosse de 35 mètres ! ...

C'est parti pour quatre heures de route, dans la bonne humeur générale. En fin de voyage, Patrick annonce les palanquées et les objectifs des plongées.

Arrivé sur place, le groupe prend le temps de découvrir les lieux et à midi, c'est à notre tour de nous équiper. Après un brief très précis des responsables de Némó (la sécu est draconienne), nous nous immergeons et découvrons les fûts. Après quelques descentes et remontées, la visite des deux grottes et quelques photos bien sympas, c'est le retour en surface. Eau limpide et 33°C à 35 mètres.

Quinze heures, la deuxième plongée commence et c'est franchement plus détendu que le matin... Ambiance potache et mise en place du groupe pour une photo (ci-dessous). Chacun déambule et bulle à sa guise, découvre de bien drôles de spécimens. Ne manquent que les poissons, pour les clowns, il y a ce qu'il faut, merci !

Mais déjà il faut remonter et reprendre la direction de la France...

A l'arrivée, tout le monde se dit qu'il a passé une bonne journée, mais nous vous en dirons plus dans un « Spiro spécial Némó ». Moi en tout cas, j'ai passé un super moment...

Véronique



A gauche : dans le fût de 35 m. Ci-dessus, presque tout le groupe



« J'y vais ou j'y vais pas ?!! »



Martine et ses boys dans la caverne « sous-marin »

Critérium national en eaux vives

Dimanche 16 avril dernier, sur le Chalaux, 9 compétiteurs melunais affûtent leurs palmes... Pour cinq d'entre eux, c'est la première descente en compétition. Technique et manœuvres les attendent, ils assurent !

Leurs résultats :

Raphaël, 1^{er} scratch et 1^{er} vétéran, J. Carollo 15^e scratch et 1^{er} junior, M. Sotto-Lamy 75^e scratch et 4^e cadet fille, R. Berthier 80^e scratch et 3^e cadet, S. Dubé 104^e scratch et 39^e senior, C. Sotto-Lamy 106^e scratch et 6^e junior femme, T. Carollo 113^e scratch et 41^e senior, S. Lemagne 116^e scratch et 6^e cadet, A. Carollo 10^e jeune et 2^e benjamin.

Un grand bravo et souhaitons-leur encore de nombreuses victoires.

Véronique



Les participants, en tenue



Rémy, sur le podium

Rédactrice en chef : Véronique Minaca. Merci à A. Duport, D. Sotto-Lamy, P. Gaulard et M. Klieber pour leur participation à la rédaction de ce numéro. Merci aussi à Daniel Minaca pour ses photos.