

PASSY/SALLANCHES | Les clubs des deux communes viennent de découvrir la plongée sportive en piscine

Du nouveau au fond du bassin

Non ce n'est pas le dernier jeu vidéo en vogue mais une activité sportive qui vient de fleurir en Haute-Savoie. La PSP signifie "Plongée sportive en piscine". Aux manettes, Alexandre Parcevaux, président de Poséidon Passy Plongée, et Laurent Knodt, son homologue de Sallanches, le tout se passe à la piscine de Marlioz. Pour l'occasion, est venue du comité départemental FFESSM Élodie Ronjon, responsable de la commission PSP.

La première démonstration a eu lieu à Annemasse le 26 octobre. « Aujourd'hui, c'est la première fois qu'un club va tester la PSP et essayer de la mettre en œuvre au sein de sa structure », déclare Élodie Ronjon, les yeux brillants de satisfaction. Mais à qui s'adresse-t-elle ? À tout plongeur niveau 1 minimum ou pour les jeunes plongeurs Or.

Pour la pratiquer, il faut également un certificat médical sur lequel est précisé qu'il n'y a pas de contre-indication. Sinon, il est de la responsabilité du président du club d'accepter ou pas la personne.

Les épreuves

Tous les plongeurs sont habillés de leur scaphandre (comprenant bouteille et gilet). Il y a différentes épreuves en individuel ou collectif. La première consiste à palmer le plus rapidement possible sur 25 mètres puis à accrocher et déployer un parachute accroché à un poids de 6 kg. Le parachute qui gagne le plus vite la surface s'impose.

Il existe aussi les relais de 4x25, 4x50 ou 4x100 mètres, où bien évidemment les quatre plongeurs les plus rapides gagnent. Dernière activité : l'octopus. Deux plongeurs partent ensemble. Le premier avec son détendeur en bouche et son coéquipier sans. Objectif pour lui : prendre l'octopus c'est-à-dire le détendeur de secours du premier plongeur.

Peggy MARTIN-CASTAGNA

Infos : www.plongee-passy-sallanches.fr et flessm74.com



Les plongeurs de Passy et Sallanches sont emballés par la PSP et vont la faire partager à leurs adhérents prochainement sur les créneaux piscine.

Les sensations ressenties

La première épreuve, celle du parachute, est particulière. Il est vrai que l'on voit souvent les plongeurs palmer lentement et prendre leur temps. Là, pour le coup, c'est différent. Il faut s'immerger complètement afin de ne pas être disqualifié, puis palmer très rapidement ce qui fait monter le rythme cardiaque et donc baisser le taux d'air dans la bouteille très rapidement.

Au bout des 25 mètres, le parachute en main, il faut le sortir du sac, l'accrocher au plomb et le gonfler avec le détendeur ou celui de secours. La pression monte, le rythme s'accélère, la précision et la connaissance du matériel sont essentielles pour réussir cette épreuve. Mais quelle superbe satisfaction de voir le parachute s'ouvrir et être accueillis en surface sous les "hola" des autres plongeurs.

Pour l'épreuve de l'octopus, Maxence est notre coéquipier. On choisit de laisser partir un premier groupe afin de pouvoir regarder les erreurs éventuelles et de pouvoir les

corriger si besoin. Cinquante mètres nous séparent de l'arrivée. Le coup de sifflet retentit. Le détendeur principal en bouche, Maxence réceptionne l'octopus puis nous palmions vivement. Les cuisses commencent à chauffer. Les premiers 25 mètres, nous touchons le mur et on repart. À l'arrivée, nous enlevons nos scaphandres, épuisés, avec du mal à reprendre notre souffle, mais l'épreuve est très agréable. Il faut savoir s'accorder avec son coéquipier au niveau palmage car la longueur de l'octopus de secours n'est pas éternelle. Il faut également, au bout des 25 mètres, tourner dans le même sens que son partenaire pour ne pas tordre le tuyau et le priver d'air.

Ambiance festive

Le relais 4x50 mètres enfin. Maxence, Gabriel, Sébastien et nous, voilà l'équipe dont on est le quatrième relayeur. La pression monte car il y a seulement trois scaphandres pour nous. Le premier doit donc donner le sien au qua-



L'épreuve du parachute est la première épreuve individuelle. Très technique, elle demande de connaître le matériel, gérer sa respiration et avoir une certaine dextérité sous l'eau.

trième qui doit s'équiper le plus rapidement possible afin d'être prêt pour la course. Pas de chance, en face, Laurent Knodt est excellent dans cette discipline. On essaye de le talonner mais le dauphin s'échappe avec aisance.

L'ambiance est très festive avec des encouragements, des éclats de rire, de la technique, un brin de concentration, une sensation de bien-être malgré les efforts physiques inhabituels.

P.M.-C.