

Rapport d'activités Apnée - saison 2021 – 2022

1. Entraînement et compétition

Une saison de reprise

Suivi de l'équipe compétition :

Après une saison complètement « blanche », nous avons pu reprendre les entraînements pour les compétiteurs et jeunes à partir de la rentrée 2021 mais avec beaucoup moins de compétitions au calendrier malheureusement. Les séances de préparation physique et musculation sous la houlette de Arnaud ont également pu reprendre. Malgré la situation sanitaire, la saison a été riche en terme d'entraînements, formations mais aussi d'évènements, grâce au soutien de nos institutions (stages enfants, formation, sorties en milieu naturel).

Organisation de compétitions / entraînements :

- Co-organisation avec la commission apnée du CODEP 68 et du club P3F de Huningue, de l'ouverture **de la Coupe de France d'apnée**, à Mulhouse, le 11 décembre avec les épreuves d'apnée dynamique et 16X50m apnée et Village-Neuf, le 12 décembre pour l'apnée statique et sans-palmes.

La compétition était également un Open international CMAS et des athlètes italiens, suisses, ainsi que des membres de l'équipe de France étaient présents, à l'image de Guillaume Bourdila, Eric Marchal, Hinatea Penila, Béatrice Rouvier ou Olivier Elu.

- Le club a aussi organisé en février 2022, le Championnat inter-régional Grand-Est, accueillant une quarantaine d'athlètes de toute l'inter-région.

- 9ème année de fonctionnement du centre d'entraînement dénommé CETACE (Centre d'Entraînement Technique d'Apnée en Compétition de l'Est).



Staff : Arnaud Ponche et Olivia Fricker, entraîneurs, MEF2 et BPJEPS, Manu Siraud, MEF2 stagiaire et MF1 Plongée, Robert Brunet (préparateur mental), et le médecin fédéral François Vo Dinh. Merci à tous ces cadres qui ont suivi bénévolement certains des athlètes cette saison et ont accompagné les compétiteurs sur les compétitions.

Liste des athlètes :

- Morgan Andro
- Olivia Fricker
- Oualid Salem
- Xavier Herent
- Thierry Adloff
- Jean-Gabriel Chilles
- Marc-Antoine Graziani
- Lucas Wolf

Nous avons accueilli un junior cette saison, de temps en temps, Alexandre Morel ainsi qu'une junior, Angèle Kehr mais qui ne sera autorisée à pratiquer la compétition qu'en fin de saison 2023 du fait de son âge.

Quelques résultats de la saison :

Coupe de France 2022, 11 et 12 décembre 2021

Morgan Andro a fini 1^{ère} et Olivia Fricker 3^{ème}, à l'ouverture de la Coupe de France en 16X25m.
Marc-Antoine Graziani, 3^{ème} en bi-palmes et 4^{ème} en statique
Morgan 3^{ème} en monopalme.

Championnat inter-régions Bourgogne-Franche-Comté – Grand-Est

Belfort, 23 janvier, de l'or et de l'argent pour le Touring !

Marc-Antoine Graziani monte sur la 1^{ère} marche du podium avec une médaille d'Or et une performance de 6'10, suivi de Thierry Adloff avec 5'33 et de l'argent. Xavier Herent finit 11^{ème} du classement, un peu déçu mais il a assuré pour la reprise et réalisé son annonce !

Coupe de Molsheim, 27 mars

Thierry Adloff et Xavier Herent ont aussi brillé lors de la Coupe de Molsheim avec notamment, de l'or en statique pour Thierry avec 6'02 et du bronze en bi-palmes et sans-palmes pour Xavier qui a passé les 100m.



Nos athlètes ont été qualifiés sur des Manches de Coupe de France ce qui a notamment permis à 3 athlètes de se qualifier au Championnat de France en mai 2022 à Besançon, à savoir Morgan Andro, Oualid Ben Salem et Marc-Antoine Graziani.

Résultats du Championnat de France :

- Morgan Andro finit 9^{ème} avec 138,80m en nonopalme
- Marc-Antoine Graziani 11^{ème} en statique avec 6'35.

Oualid n'a malheureusement pas pu venir mais nous le félicitons encore une fois ainsi que sa compagne, pour la naissance de leur fils !

Deux de nos membres sont d'ailleurs entrés dans la team carte As cette saison 2022-23 : Morgan Andro et Oualid Ben Salem et nous avons obtenu pour la 1^{ère} fois une subvention de l'Agence Nationale du Sport pour soutenir le groupe compétition CETACE.

2. Formation de cadres

Deux cadres qui ont participé au stage initial MEF1 organisé par la CRA Grand-Est sont stagiaires, Morgan Andro et Xavier Herent. Nous avons eu le plaisir d'accueillir un nouvel IE2, Lucas Wolf.

Thierry Adloff a participé au stage initial Initiateur en février 2021 (stage organisé pour la Comité Grand-Est par Manu Siraud dans le cadre de sa formation MEF2). Arnaud Ponche et Olivia Fricker ont également participé comme formateurs, avec d'autres cadres du Comité.

Deux « stages enfants » ont pu être organisés pendant les congés de la Toussaint et de Noël.



Organisation de la formation scooter pour les encadrants du Comité Grand-Est, à la Gravière du Fort.

**STAGE D'APNÉE - SPECIAL ENCADRANTS
SCOOTER SOUS-MARIN**

SAMEDI 23 JUILLET
GRAVIERE DU FORT - HOLTZHEIM



Pic : I. Larvoire

FEDERATION FRANCAISE D'ETUDES & SPORTS SOUS-MARINS
COMMISSION REGIONALE APNÉE
GRAND-EST

AVEC ARNAUD PONCHE
MEF2 APNÉE - JUGE 2ÈME DEGRE
PROFONDEUR



Cinq encadrants du club sont intervenus comme formateurs au stage initial Initiateur Apnée Grand-Est. Manu dans le cadre de sa formation MEF2, Xavier et Morgan, stagiaires MEF1 ainsi que Olivia et Arnaud. Merci à eux !



3. Passages de niveaux :

Les formations qui étaient prévues ont eu lieu cette saison. Bravo aux nouveaux « **apnéistes piscine** » :

- Ariane Vasseur
- Pacôme Duhamel
- Caroline Klein
- Thomas Chardon (qui a aussi validé l'apnéiste Eau libre)

Angèle Kehr, a passé avec succès les examens pratiques et devra finaliser la théorie.

Bravo à Marie Cassal, qui a passé son Apnéiste confirmé Eau libre. Xavier et Morgan ont également réussi les écrits pour l'Expert (ancien niveau 4). Géraldine Dreyer et Alexandre Morel ont validé leur pass'apnéiste.

Une formation en visio, assez lourde a eu lieu avec un spécialiste italien de la compensation en profondeur, Federico Mana, pour 5 cadres du club.

Des sorties en milieu naturel ont été organisées à partir de la fin du printemps afin de préparer les niveaux « confirmés et experts » mais moins qu'habituellement.

4. Formation secourisme RIFA Apnée

La formation prévue a été annulée pour les raisons que nous connaissons. Olivia, Manu et Arnaud ont suivi leur recyclage annuel PSE1 au mois de juin, en milieu naturel à Reiningue, avec le Centre Départemental de Formation aux Métiers de la Natation et du Sport.
Une soirée secourisme et recyclage RIFA Apnée s'est tenue le 7 avril en piscine.



5. Animations et activités diverses :

14 novembre 2021, Arnaud a donné un cours sur la compensation à Besançon, lors du colloque national des Instructeurs nationaux de la Commission Technique Nationale.



- Sortie fosse le 15 avril à Dijon



- Participation à deux matinées « Planète aventure » pour des jeunes de la Ville de Mulhouse
- Soirée de baptêmes le 31 août
- Participation à Explor'Assoc, le 2 octobre à la Fonderie,
- Participation au séminaire des cadres du Grand-Est, Septembre, Gravière du Fort
- Participation de Olivia dans le jury MEF1 Comité Est
- Sortie Jeunes du Comité Grand-Est, 8 juin comme encadrants mais aussi avec un jeune



- Participation aux Olympiades du Sport, pour des collèges alsaciens membres des classes sportives du Comité Olympique Grand-Est.



- Réunion de reprise et soirée BBQ, début septembre, avec les cadres apnée afin de mettre en place la saison
- Organisation d'une soirée de visites médicales pour les athlètes, par le Dr F. Vo Dinh
- Représentation de la commission à l'AG du CODEP 68 et aux réunions du Comité Est.

Pour finir, nous avons pu acheter du matériel (combinaisons, monopalmes ..) grâce à une subvention Grand-Est mais aussi doter nos cadres d'une bouée de sécurité de nage et de ventouses.

Merci à nos initiateurs, moniteurs et juges qui ont participé toute la saison, au fonctionnement de notre commission en animant les créneaux piscine ou sorties en milieu naturel : Morgan ANDRO, Olivia FRICKER, Serge COLAS, Raymond MULLER, Robert BRUNET, Ouaild Ben SALEM, Loic MOREL, Jean-Marie LATSAGUE, Manu SIRAUD, Philippe CHAMBRION, Remy HEULLE, Xavier HERENT et Lucas WOLF. Ainsi qu'à Cécile DESMEURES, Thierry ADLOFF et Tanguy RINCKEL qui ont aidé sur des évènements et à notre Doc, le médecin fédéral François VO DINH.

Sans vous tous, nos membres apnéistes ne pourraient pas pratiquer toute l'année, dans le plaisir et la sécurité !

Arnaud PONCHE

Responsable de la Commission Apnée, Touring Plongée Mulhouse, Octobre 2022