



LA LOI SUR LE SPORT 84-610 MODIFIEE IMPOSE A TOUT GROUPEMENT SPORTIF:

« L'OBLIGATION D'INFORMER LEURS ADHERENTS DE LEUR INTERET A SOUSCRIRE

UN CONTRAT D'ASSURANCE DE PERSONNE AYANT POUR OBJET DE PROPOSER DES GARANTIES FORFAITAIRES EN CAS DE DOMMAGE CORPOREL ». Au renouvellement de votre licence vous avez été informé de votre intérêt. Sans que la pratique de la plongée souterraine en stage présente plus de risque que la plongée classique, le coût d'une opération de secours y est plus grand. L'assurance complémentaire individuelle, couvrant le risque avec un volet individuel prévoyance et un volet assistance et rapatriement, comme par exemple l'assurance Loisir 1, loisir 2, loisir 3 présentée avec votre licence, est obligatoire. Si vous n'êtes pas déjà assuré à titre individuel consultez le secrétariat de votre Club ou votre assureur.

DECOUVERTE - INITIATION : Du vendredi 6 mai à 21h au 8 mai à 11h, à Châtillon sur Seine (Côte d'Or). Ce stage comprendra pour la DECOUVERTE, première plongée sous terre, un cours théorique adapté et votre première plongée sous terre, après la découverte vient l'INITIATION, pratique plus avancée des techniques spécifiques à l'exploration, au total deux plongées sont prévues.

Brevet de plongée requis : Niveau 2. Prévoir comme matériel: scaphandres : 2 blocs identiques de 6, 8, 10 ou 12 litres (si possible avec robinetterie DIN) + deux détendeurs avec manomètre, bouée avec « direct system », 1 casque avec 2 lampes étanches. . Du matériel individuel, peut être mis à disposition ; prendre contact (1° arrivé – 1° servi).

Participation FORFAITAIRE aux frais : 115 € du vendredi 21h à dimanche midi.
Le nombre de plongeur que nous pouvons accueillir étant fonction du nombre de cadres et des possibilités de couchage, les inscriptions seront prises dans l'ordre de réception de votre fiche d'inscription et de votre règlement.

PERFECTIONNEMENT : 1° Châtillon sur Seine (Côte d'Or) Du vendredi 24 juin 21h au dimanche 26 juin matin.

Programme orienté vers le brevet PS1 : techniques du fil d'Ariane, transport de matériel, etc.

Participation FORFAITAIRE aux frais : 115 € du vendredi 21h à dimanche 11h.

2° Doubs Du jeudi soir 10 novembre au 13 novembre midi
 Thèmes à définir (tout comme le montant de la participation); contact Laurent Caillère

EXPEDITION REGIONALE : dans le réseau Sappoie – Lougres (70-25)

Du 8 au 17 juillet. Prendre contact avec Laurent Caillère.

Nous avons planifié pour l'année prochaine la reprise de l'exploration de la rivière du coté de la perte car lorsque des raisons météorologiques nous ont obligé d'arrêter cette axe de progression le plongeur de pointe était dans une galerie à l'air libre. Nous avons donc vérifié la sécurité de l'accès à cette partie du réseau. La collaboration que nous entretenons avec des

spéléologues locaux nous permet aussi d'envisager de pomper les derniers mètres d'eau qui bloquent notre progression dans le siphon 7.

RANDONNEE PALMEE SOUTERRAINE : LA LOUGRES (25)

Du samedi 8 octobre 11 h au dimanche 9 octobre midi. Cette sortie se déroulera : Le samedi : dans une rivière souterraine qui parcourt des galeries dont le concrétionnement est remarquable. Nous avons la possibilité d'organiser cette sortie dans ce réseau que nous avons découvert en plongée car maintenant nous y accédons sans plonger et la progression a été sécurisée par des spéléologues locaux. La préservation de la beauté du site imposera à tous, sous terre, de ne toucher à rien et de suivre strictement un cheminement balisé.

Le dimanche matin pour les plus courageux: dans une deuxième rivière souterraine.

Participation **FORFAITAIRE** aux frais : 55 €

L'hébergement est assuré dans une ferme auberge typique de la Haute Saône.

Ce montant inclut, outre les frais de la sortie sous terre, les deux repas et la nuit de samedi à dimanche ainsi que le petit déjeuner

Le plan d'accès vous sera envoyé par mail à réception de votre inscription.

Cette sortie, sans plongée, est ouverte à tous les licenciés de la FFESSM, assurance individuelle obligatoire. Mais la spécificité des conditions de cette sortie (atmosphère humide, obscurité, passages répétés dans de l'eau à 10°C, nage avec palmes, déplacement et ramping en combinaison, effort peu intense mais long) fait qu'elle ne peut être envisagée que par des personnes en bonne condition physique.

Le matériel indispensable est le suivant :

- Combinaison néoprène : bas, haut, chaussons + vêtement type treillis (survêtement déconseillé) pour protéger la combinaison, une ceinture est bien utile pour empêcher cette protection de flotter autour de vous.
- Bottes adaptées au port des chaussons néoprènes, 2 sachets plastiques pour enfiler les bottes. Les bottes seront déposées à un endroit et la progression se fera ensuite avec vos palmes. Pas de masque et pas de tuba
- Gants « ménage, toilés » ou de plongée mais ces derniers seront très abîmés à l'issue de la sortie
- Casque de chantier comme support d'un éclairage de poids pas trop grand. Toutes les entreprises dont les employés doivent porter un casque sont tenues de changer régulièrement ces casques ; vous pouvez donc en récupérer facilement gratuitement. Nous en disposons de quelques-uns que nous pourrions mettre à votre disposition, sans éclairage ; premier arrivé, premier servi. Comme éclairage deux lampes légères de plongée conviennent. La fixation sur le casque se fait par des anneaux de chambre à air passant dans des trous que vous aurez percés ou que nous percerons. Prévoir pile(s) de rechange.
- On trouve maintenant des éclairages à base de LED qui fonctionnent très bien. Tous ne sont pas adaptés car la lumière émise peut être insuffisante ; nous pouvons vous conseiller le cas échéant
- De nombreux sacs poubelle, pour assurer un retour relativement propre de votre véhicule, et une brosse chiendent pour nettoyer votre matériel.
- **Cintres pour l'égoûtage de votre matériel pour la sortie du dimanche matin.**
- Un sac de couchage : logement collectif en dortoir (des chambres d'hôte, en nombre limité, avec toilettes et douches, sont disponibles pour des couples, avec supplément. Nous prévenir dès que possible)

- Pour les mineurs : apporter ce matériel en double pour la personne qui ira sous terre avec vous et sous la responsabilité de laquelle vous serez.

Contacts :

Laurent Caillère : 06 07 41 95 12

laurent.caillere@wanadoo.fr

Lucien Ciesielski : 03 88 61 52 60

lucien.ciesielski@orange.fr

INSCRIPTION : UTILISEZ LE FORMULAIRE DE LA PAGE SUIVANTE

Les sorties étant très dépendantes des conditions météorologiques, si vous êtes intéressés par une de nos activités, faites nous en part, par mail, pour que vous soyez avertis d'éventuels reports de date. Le programme et les modifications éventuelles seront consultables en 2011 sur le site : www.ffessm-est.fr

La fiche d'inscription est téléchargeable

Les inscriptions complètes sont à envoyer au plus tôt chez :

Laurent CAILLERE 1 Rue Philippe Bellocq 67450 MUNDOLSHEIM

accompagnée d'une enveloppe timbrée à votre adresse, si vous n'avez pas d'adresse électronique, de votre règlement par chèque à l'ordre de « COMMISSION PLONGEE SOUTERRAINE EST » , des photocopies du certificat médical en cours de validité, de la licence en cours, du brevet plongée FFESSM sauf pour la sortie randonnée palmée souterraine.

Les cadres régionaux



Caillère Laurent
Instructeur



Ciesielski Lucien
Instructeur



Gillard Frédéric
Initiateur



**Commission Plongée Souterraine du Comité Inter -
Régional EST**

Commission Plongée Souterraine du CODEP-67

INSCRIPTION A UN STAGE

Document à remplir **LISIBLEMENT** surtout en ce qui concerne l'adresse électronique.

Nom, Prénom :

Date de naissance :

Adresse :

Téléphone :

e-mail :

Club :

licence FFESSM N° :

Type de l'assurance individuelle:

S'inscrit au stage :

Du :

Au :

Certificat médical en date du :

Traitement médical en cours ou allergie aux médicaments :

Brevet de plongée FFESSM:

Signature :

Pour tout stage de plongée souterraine, autre que la découverte, indiquez vos plongées sous terre :

Laurent Caillère : 03 88 20 20 10

Lucien Ciesielski : 03 88 61 52 60

laurent.caillere@wanadoo.fr

lucien.ciesielski@orange.fr