

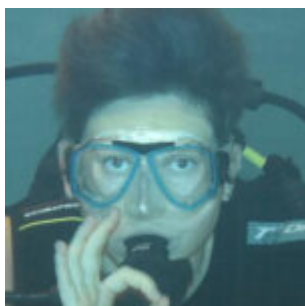
# Entraînement le 9 juin

À peine rentrés de ce super week-end au Lavandou, il faut reprendre le train-train : vélo, boulot, entraînement.

Certains profils entrevus lors de l'enfilage des combinaisons devraient encourager leurs possesseurs à ne pas perdre une minute pour se remettre à sculpter leur corps.

C'est pourquoi je ne saurais trop encourager les propriétaires de ces petites brioches à se rendre à l'entraînement qui se déroulera aux horaires habituels (19h à 21h) ce

## jeudi 2 juin



Comme Anne-Laure, elle, n'en a pas le moindre besoin puisqu'elle rentre dans la combinaison de Claude, elle en est dispensée ! Elle sera donc Directeur de Plongée (DP) et encouragera les efforts des grassouillets.

À cause de la vieille maxime de sagesse populaire

*Jun au balcon*

*Claude au charbon*

c'est notre sympathique camarade qui, en tripotant les fils électriques – fais attention, quand même ! – cogitera un repas d'après-effort, probablement « fit » aux inscrits au

SONDAGE

---

# En route pour le Lavandou

Voiture balai du club, Valérie et Philippe ont passé Toulouse (presque) sans encombre.



Arrivée prévue vers minuit ?

---

## Entraînement le 2 juin

Pour les adhérents qui ne seront pas encore partis au Lavandou, comme pour les athlètes qui souhaitent peaufiner leur préparation physique en vue de cette sortie, l'entraînement se déroulera aux horaires habituels (19h à 21h) ce

**jeudi 2 juin**



C'est d'ailleurs moi-même en personne qui aurai l'honneur d'encadrer réglementairement cette séance en en étant Directeur de Plongée (DP)

En raison du nombre faible de nageurs attendu et du départ très matinal du premier des deux mini-bus, il n'y aura pas de repas à la suite des activités aquatico-éducatives...

---

## **Pas d'entraînement le 26 mai**

Le jeudi 26 mai est férié en France, héritage d'une tradition catholique.

Et si une partie de l'activité du pays continuera, la piscine sera, elle, fermée.

Pas d'entraînement donc ce

**jeudi 26 mai**

Euh...

Pas de repas non plus ☐

---

## **Apéro !**

Pour la plongée, c'est comme pour les enfants... on est grand quand on est autonome !

Et en plongée, on est autonome quand on a le niveau 3.

Ainsi Jean-Philippe et Xavier, qui sont restés Padwan longtemps mais viennent d'accéder au rang de Jedi.



Inutile de dire que leurs maîtres sont fiers d'eux.



Alors apéro ce jedi pour fêter ça ☐

---

## Repas : changement important

Mécontente des propositions de menu du chef multi-étoilé, la Responsable de la Commission Qualité de vie a tranché :

- Philippe Etchebest est renvoyé à ses fourneaux,
- ce sont Jean-Claude et Nicole Coué qui, dispensés désormais d'activités professionnelles, ont accepté de prendre le relai pour le repas de jeudi.

Pas de changement par contre dans le

SONDAGE

---

# Entraînement le 19 mai

L'entraînement se déroulera aux horaires habituels (19h à 21h)  
ce

**jeudi 19 mai**



Nous aurons l'honneur d'avoir comme Directeur de plongée le Président du SAGC lui-même, Philippe Bézié

NE LOUPEZ PAS L'ÉVÉNEMENT EXCEPTIONNEL : dans le cadre du tournage du pilote d'une nouvelle émission culinaire, Philippe Etchebest viendra lui-même préparer un repas pour les inscrits au

SONDAGE

Attention : limité à 30 personnes\*

\* vous remarquerez que je ne suis pas inscrit : j'ai une sainte horreur de ces émissions à la con ☐

---

## Plongée N2

L'absence des élèves-N2 du SAGC a été remarquée au Monument aux morts de Cestas ce dimanche, mais ils avaient une bonne excuse : ils plongeaient au Cap Ferret, au lieu-dit « Hortense », dans le cadre de la préparation de leur brevet – et singulièrement du statut de plongeur autonome qu'il va leur conférer.



Le Moniteur référent de leur formation semble content d'eux.

Il faut dire que les conditions, le soleil, la température de l'eau très agréable, se sont avérées facilitatrices.



Par contre, j'ignorais que Gilles avait été déchu de son Niveau 3... d'un autre côté, quand tu l'as vu jeter son bloc au

charriot plus rien ne t'étonne ☐ \*

Ah pardon, on me dit qu'il a simplement profité d'un des rares temps morts que lui laisse son métier pour se joindre à l'aventure.

\*reviens, Gilou, je rigolais !!

---

## Entraînement le 12 mai

Entraînement de 19h à 21h ce

**jeudi 12 mai**



**Jean-Louis sera le Directeur de plongée**

Le repas d'après entraînement sera concocté par Éric et Steph pour les membres inscrits au  
SONDAGE

---

## Baptême en mer N1

*Sept heures du mat' j'ai des frissons*



*je claque des dents et je ferme mon blouson*

Heureusement je ne suis pas seul à l'entrée de la cale puisque le commando « mizalo N1 » est en place à l'angle du Boulevard de la plage et de la rue Saint François d'Assises, sous la direction du Commandant Lebouvier.



Bon, c'était un peu tôt, mais du coup on est garés juste devant, on a le temps de se boire un petit café en attendant l'heure de s'équiper pour la mise à l'eau à 9h40, et nos neoN1 ont eu tout le temps nécessaire pour s'équiper.

Et 45 min plus tard





les newbies sont confirmés « apte à la mer », finalement il faisait un temps superbe, l'eau était bonne, la visibilité était incroyable... bon, là, si j'exagère personne ne va me croire !!

---

## **Dimanche on plonge**

Franck Quebre propose d'être DP pour une plongée ouverte à tous.

**dimanche 8 mai**

La pleine mer est à 16h42, ce qui donnerait une mise à l'eau vers 16h15

Incrivez vous au SONDAGE si vous voulez en être.

---

## **Passation N1**

Au bout d'une année de formation, c'est jeudi que les aspirants N1 pourront montrer tout ce qu'ils ont appris aux deux moniteurs qui ont bien voulu assurer le travail ingrat de l'évaluation finale.



Laurent  
Lebouvier



Christophe  
Tacaille

L'équipe de leurs formateurs est confiante !!