



# Commission Régionale Apnée

Assemblée générale - Beaumont-sur-Oise

Bilan de la saison 2021-2022

Perspectives 2022-2023

8 Octobre 2022



# Bilan de la saison 2021-2022



# La Commission Régionale Apnée



- **Direction**

- Sylvie Sicre Bellage, IRA, Présidente
- Henri-Pierre Maders, IRA, vice-Président
- Patrick Constant, IRA, Président adjoint

- **Collège des IRA**

- **Titulaires** : Thierry Tonnelier, responsable du Collège ; Sylvie Sicre Bellage ; Henri-Pierre Maders ; Patrick Constant
- **Nouveaux titulaires** : Loïc Mahevas ; Yves le Boënnec ; Marie Borel ; Guillaume Salinier





# Cursus de formation régionaux

- **IE 2021-2022**

- Stage initial : 13 & 14 novembre 2021
  - **22 candidats**
- Examen : 14 & 15 mai 2022
  - **22 candidats**
  - **19 lauréats**





# Cursus de formation régionaux

- **MEF1 2020-2021**

- Examen : 9 & 10 octobre 2021
  - 9 candidats
  - 8 lauréats

- **MEF1 2021-2022**

- Stage initial : 4 & 5 décembre 2021
  - 16 candidats
- Examen : 11 & 12 juin 2022
  - 12 candidats
  - 11 lauréats
- Examen : 8 & 9 Octobre 2022
  - 8 candidats -> ?





# Cursus de formation régionaux

- **AEEL 2021-2022**

- Formation Janvier à juin 2022 (Visioconférences, fosses Villeneuve la Garenne et Nemo 33)
  - **10 candidats**
- Examen Juin Porquerolles : 18 juin 2022
  - **5 candidats**
  - **5 lauréats**



# Cursus de formation régionaux

- **JFA1 2021-2022**
  - Formation théorique et pratique :  
22 et 24 novembre 2021
    - **21 candidats**





# Compétitions régionales

FEDERATION FRANCAISE D'ETUDE ET DE SPORTS SOUS-MARINS

**Apnées Franciliennes de CLAMART**  
 Dimanche 28 Novembre 2021  
 Compétition Régionale de 8h à 21h

Vallée Sud Créteil Sport

- Apnée Statique
- Dynamique sans palmes
- Dynamique avec palmes
- Dynamique monopalmes
- Endurance 16x25

LE NAUTILE CLAMART

- **Apnées Franciliennes de Clamart**

- Dimanche 28 novembre 2022
- Club Le Nautile Clamart
- **45 compétiteurs**

- **La Royale du Dôme, Championnat régional, Saint-Germain-en-Laye**

- Dimanche 13 mars 2022
- Aquadôme Saint-Germain
- **41 compétiteurs**

ILE-DE-FRANCE

**LA ROYALE DU DÔME**  
 Championnat Régional  
**APNEE**  
 13 mars 2022  
 Saint-Germain-en-Laye  
 piscine Dôme Saint-Germain  
 Organisé par l'Aquadôme Saint-Germain  
<http://tiny.cc/taroyaledudome>

Inscription des compétiteurs et tous les bénévoles :

QR codes for registration and volunteer sign-up.

Facebook QR code: <https://www.facebook.com/royaledudome>

Logos: FFESM, DÔME, ASC, and others.



# Compétitions régionales



- **Cinquième Meeting de Mantes en Yvelines**
  - Samedi 26 mars 2022
  - Association Sportive de Mantes
  - **24 compétiteurs**

- **Melunaise d'Apnée Trophée Bertoncello**
  - Dimanche 3 avril 2022
  - Union Sportive de Melun
  - **12 compétiteurs**

**ILE-DE-FRANCE**  
FFESSM

**5<sup>ème</sup> Meeting de Mantes en Yvelines**

**APNEE STA DNF DYN**

**26 Mars 2022**

**Mantes la Ville**  
Centre Aquatique Aquasport

FÉDÉRATION FRANÇAISE D'ÉTUDES ET DE SPORTS SOUS-MARINS  
<http://www.meeting-apnee-mantes.fr>

YVELINES | 78

Logos: CMAS, SEINE-ROISE, ASM Melunaise, AQUA SPORT, ANIMERA, V.E.A.T. MARINE

STATIQUE - DYN MONO ET BI-PALMES - DNF - 16x25

Hommage à ce soldat français, héros des Forces spéciales de la Marine, qui a donné sa vie pour sauver celle des autres.

**Melunaise d'Apnée Trophée**

**Alain Bertoncello**

**Dimanche 3 avril 2022**

**8h-23h Melun**

Piscine municipale, 50 quai Maréchal Joffre  
FÉDÉRATION FRANÇAISE D'ÉTUDES ET DE SPORTS SOUS-MARINS

ENTRÉE GRATUITE

Inscriptions compétiteurs et bénévoles  
[www.usplongee.org](http://www.usplongee.org)

Logos: FFESSM APNEE, ILE-DE-FRANCE, FFESSM, CODEP 77, FREEDIVE EVOLUTION, KALIMERE, sa, USM, Région Île-de-France, seine 77, melun



# Compétitions régionales

- **Quatrième Compétition apnée de Versailles**

- Dimanche 10 avril 2022
- Centre d'Activités Subaquatiques de Versailles
- **31 compétiteurs**
- Meilleure performance de France en apnée statique : Laurent de Beaucaron avec 9'31''



**ILE-DE-FRANCE**  
FFESSM

**4<sup>ème</sup> Compétition apnée de Versailles**

STA DYN DNF

**10 Avril 2022 de 8h à 19h**

Piscine Montbauron - Versailles  
Organisée par le Centre d'Activités Subaquatiques de Versailles  
Contact : [apnee@casv.club](mailto:apnee@casv.club)

YVELINES | 78

ANIMERA

Piscine Montbauron

VERSAILLES

Credit Photo by Sylvie Gillon de Beaucaron & Sylvain Guerci



# Médailles et records piscine

- **10 avril 2022 – Versailles**
  - Laurent de Beaucaron : meilleure performance de France en apnée statique avec 9'31''
- **7 mai 2022 – Championnat de France, Besançon**
  - Laurent de Beaucaron : médaille d'or en apnée statique avec 9'01''
  - Jean Vinceneux : médaille d'argent en apnée statique avec 8'02''
  - Sylvie Gilson de Beaucaron : médaille d'or en apnée statique avec 7'16''
- **14 juin 2022 – Championnat du monde CMAS, Belgrade**
  - Laurent de Beaucaron : médaille d'argent en apnée statique avec 8'58''
  - Sylvie Gilson de Beaucaron : médaille de bronze en apnée statique avec 7'54''
- **23 juin 2022 – Championnat du monde AIDA, Burgas**
  - Laurent de Beaucaron : médaille d'argent en apnée statique avec 8'58''
  - Sylvie Gilson-De Beaucaron : médaille d'or en apnée statique avec 7'49''



# Médailles et records profondeur

- **Juin 2022 – Villefranche-sur-Mer**
  - Clémentine Marie – Médaille d’or en immersion libre avec 61 mètres
  - Clémentine Marie – Médaille d’argent en apnée en poids constant sans palmes avec 42 mètres
- **Juin 2022 – Villefranche-sur-Mer**
  - Sidney Régis – Quatrième place en poids constant monopalme avec 91 mètres





# Salon de la plongée - 10 au 13 Mars 2022





# Perspectives saison 2022-2023

# La Commission Régionale Apnée

- **Composition**

- Sylvie Sicre Bellage, Présidente : relations institutionnelles
- Henri-Pierre Maders, vice-Président : organisation, gestion, animation, communication, relations CNA, CODEP et clubs Île-de-France
- Patrick Constant, Président adjoint
- Collège des IRA : Marie Borel ; Patrick Constant ; Yves le Boënnec ; Henri-Pierre Maders ; Loïc Mahevas ; Guillaume Salinier ; Sylvie Sicre Bellage ; Thierry Tonnelier (responsable du Collège)
- Représentants des compétiteurs d'Île-de-France : Laurent et Sylvie de Beaucaron
- Cadres régionaux : Philippe Garnier-Guilbert ; Marion Noulhiane ; Danny Segui ; Jean-Emmanuel Virenque

- **Organisation en 4 pôles**

- Communication et relations extérieures
- Formation
- Compétition
- Etudes et recherche



# Communication et relations extérieures

- **Responsables**

- Sylvie Sicre Bellage et Henri-Pierre Maders

- **Plan d'actions**

- Développer les relations avec
  - Le président de la FFESSM : Frédéric Di Meglio
  - Le DTN : Richard Thomas
  - Le CTN : Jérôme Lhadki
  - Le Président et la vice-Présidente de la CNA : Thiery Bertrand et Olivia Fricker
  - Les responsables des Collèges des INA et des JFA2 : Marc Salacroup et Éric Corrompt
  - Les Présidents des Commissions régionales
- Inviter les présidents de commission départementale apnée à participer aux activités de la CRA :
  - 75 : Guillaume Salinier
  - 77 : Sylvie Sicre Bellage
  - 78 : Philippe Garnier-Guilbert
  - 91 : Philippe Bridenne
  - 92 : Henri-Pierre Maders
  - 93 : Michel Ivorra
  - 94 : Renaud Martin
  - 95 : Magali Fockeu

# Communication et relations extérieures

- **Plan d'actions**

- Publier régulièrement
  - Sur la page Facebook de la CRA et du Comité Île-de-France
  - Sur la page Facebook et le site internet de la CNA
  - Dans la revue Subaqua
- Animer la page apnée du site internet du Comité Île-de-France
  - Calendrier des formations régionales avec lien vers le formulaire d'inscription
  - Calendrier des compétitions régionales avec lien vers le formulaire d'inscription
- Communiquer régulièrement vers les CODEP
- Animer des séances de découvertes de l'apnée au Salon de la plongée (6 au 9 janvier 2023)
- Animer des groupes de populations cibles en Île-de-France
  - Présidents de clubs proposant une section apnée
  - Responsables de sections apnée
  - MEF2
  - Organisateurs de compétition
  - JFA1
  - ASP
  - Compétiteurs

# Pour suivre l'actualité de l'apnée

Page Facebook de la Commission Régionale Apnée :

<https://www.facebook.com/Commission-Régionale-Apnée-Ile-de-France-209397673288001/>



**INFOS FÉDÉRALES**

APNÉE  
**/// 4 NOUVEAUX IE ET 8 MEF1 POUR L'ÎLE-DE-FRANCE**

Avec 4 nouveaux IE reçus lors de l'examen régional des 25 et 26 septembre à Novaglie (Italie) et 8 nouveaux MEF1 reçus lors de l'examen des 9 et 10 octobre à Beaumont-sur-Oise, malgré les difficultés relatives aux contraintes sanitaires, 12 nouveaux moniteurs vont contribuer au développement de l'apnée dans les clubs d'Île-de-France ! Bravo à Simon Duflot (MASA Montrouge), Rami Favier (ASBR Le Bèluga), Jacques Meyriat (Dassault sport section plongée) et Benoît Vidal (Bleu Vert) ! Merci aux membres du jury pour votre accompagnement et vos conseils pendant le stage : Géraud Buxerolles, Thomas Fleitour, Daniel Naguet, Marjolaine Spiess et Jean-Emmanuel Vireneq. ■

Henri Pierre Maders, Photo DR

APNÉE  
**/// SAISON 2021-2022 - BILAN DES CURSUS APNÉE ORGANISÉS PAR LA COMMISSION RÉGIONALE APNÉE ÎLE-DE-FRANCE EN TROIS PHOTOS!**

- > **Cursus initiateur-entraîneur:**  
 Les résultats de l'examen organisé à Paris en mai: 19 nouveaux IE pour les clubs d'Île-de-France!
- > **Cursus MEF1**  
 Les résultats de l'examen organisé à Beaumont-sur-Oise en juin: 10 nouveaux MEF1 pour la région Île-de-France et 1 pour la région Normandie!
- > **Cursus ACEL-AEEL**  
 Les résultats de l'examen organisé à Porquerolles en juin: 7 ACEL et 5 AEEL en Île-de-France!

SUBAQUA



- **Responsables**

- Collège des IRA

- **Plan d'actions**

- Bibliothèque de supports de formation aux formats pdf et ppt
- Guides
- Bibliothèque d'articles scientifiques
- Newletters scientifiques trimestrielles

# Calendrier des formations

## • **Cursus IE**

- Responsables : Marie Borel et Guillaume Salinier
- Stage initial : 19 & 20/11/2022
- Inscriptions au 7/10/2022 : **36**
- Examen : 13 & 14/05/2023

## • **Conférences Tuteur IE**

- Responsables : Henri-Pierre Maders et Guillaume Salinier
- Conférences : 9 & 16/11/2022
- Inscriptions au 7/10/2022 : **8**

## • **Cursus MEF1**

- Responsables : Yves Le Boënnec et Loïc Mahevas
- Stage initial : 3 & 4/12/2022
- Inscriptions au 7/10/2022 : **15**
- Examen : 3/06/2022 (Bécon-les-Granits) + 17 & 18/06/2022 (Beaumont-sur-Oise)

## • **Formation JFA1**

- Responsables : Henri-Pierre Maders et Patrick Constant
- Théorie : 15 & 22/11/2022
- Pratique : 18 & 25/11/2022
- Inscriptions au 7/10/2022 : **4**
- Examen :

## • **Entraînement au poste d'apnéiste de sécurité**

- Responsables : Philippe Garnier-Guilbert et Danny Segui
- Théorie : 7/11/2022
- Pratique : 16/11/2022
- Inscriptions au 7/10/2022 : **11 + 4**

## • **Apnéistes Expert en Eau Libre**

- Responsables : Jean-Emmanuel Virenque et Henri-Pierre Maders
- En cours de définition

# Calendrier des compétitions

1. Dimanche 27 novembre 2022 : **Clamart** (92) - Patrick Constant
2. Samedi 3 Décembre 2022 : **Aubervilliers** (93) - Diter Braert
3. Dimanche 8 ou 15 Janvier 2023 : **Sarcelles** (95) - *(date à confirmer)* - Magalie Fockeu
4. Dimanche 29 Janvier 2023 : **Le Chesnay** (78) - Katia Launay, Jean-Luc Gouillard et Denis Bouillaguet
5. Dimanche 12 Février 2023 : **Versailles** (78) - (Première manche du Championnat régional Île-de-France) - Emmanuelle Menou et Thierry Biarnes
6. Dimanche 5 Mars 2023 : **Melun** (78) - Angéline Renaudin
7. Dimanche 12 Mars 2022 : **Boulogne Billancourt** (92) - *(date à confirmer)* - Henri-Pierre Maders
8. Dimanche 26 Mars 2022 : **Saint-Germain en Laye** (78) - (Seconde manche du Championnat régional Île-de-France) - Annie-Françoise Foy et Isabelle Roux
9. Samedi 1 Avril 2022 : **Mantes** (78) - Patrick Sibran

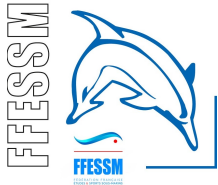
# Etudes et Recherche

## L'étude HyppoXia

- L'étude HyppoXia est une étude menée à NeuroSpin-CEA de Paris Saclay sous la responsabilité scientifique de Marion Noulhiane (Directeur de recherche en neurosciences, Université Paris Cité et par ailleurs MEF2 et compétitrice apnée)
- HyppoXia a été financée par l'Agence Nationale de la Recherche (ANR).
- L'objectif de l'étude HyppoXia est d'**étudier l'adaptabilité du cerveau à l'hypoxie** : nous souhaitons mettre en évidence les mécanismes neuronaux et physiologiques mis en place progressivement au cours d'une saison d'entraînement en apnée qui autorisent une progression en sécurité et qui seraient le reflet d'une neuro-protection.
- Démontrer de tels mécanismes ouvre des perspectives thérapeutiques pour les pathologie en souffrance d'oxygène (par exemple, les hypoxies néonatales).
- Dans cet objectif, nous étudions un échantillon d'apnéistes depuis le début de la saison (octobre) jusqu'à la fin de la saison (juin) au moyen de la neuro imagerie (Imagerie par Résonance Magnétique, IRM) et d'enregistrements physiologiques (avec un partenaire de l'Université de Rouen, Frédéric Lemaitre).

# Etudes et Recherche

- Les apnéistes sont comparés à des témoins sportifs non apnéistes appariés en âge et en sexe.
- Les apnéistes reçoivent un entraînement type qu'ils suivent tout au long de la saison.
- Les apnéistes sont reçus à NeuroSpin 3 fois dans l'année pour leur IRM et le bilan physiologique : début de saison, milieu de saison et fin de saison.
- L'étude Hypoxia a démarré en octobre 2022 avec des apnéistes du club de plongée de Boulogne (Boulogne Billancourt), Aquamundo (Saint Cyr l'Ecole) et le Centre Subaquatique Nantais (Nantes).
- L'étude Hypoxia sera renouvelée l'an prochain dans d'autres clubs.
- La durée de l'étude Hypoxia est de 3 ans.
- Marion Noulhiane fera part de l'évolution de l'étude au cours de sa progression.
- Pour toute question ou demande d'information : [marion.noulhiane@gmail.com](mailto:marion.noulhiane@gmail.com)



**Merci** à vous toutes et à vous tous qui contribuez au développement de l'apnée en Ile-de-France et à une activité sûre pour de plus en plus de pratiquants :

***Au sein des clubs et Société Commerciales Agrées***

*Présidents de club, responsables de section apnée, initiateurs, moniteurs MEF1, MEF2, juges et moniteurs de la commission technique*

***Au sein des Comité départementaux***

*Présidents des Comités départementaux et Présidents des Commissions Départementales Apnée*

***Au sein du Comité Ile-de-France***

*Francis Merlo, Président du Comité régional Ile-de-France, Jérôme Hladky, Conseiller Technique National, Marie, Natacha, Viviane et les membres de la Commission Régionale Apnée*