



# Commission Régionale Apnée

Assemblée générale Île-de-France

Bilan de la saison 2023-2024 / Perspectives 2024-2025

Henri-Pierre Maders - 5 octobre 2024

## Sommaire du document

1.	Bilan pédagogique .....	4
1.1.	Rappel de nos objectifs pédagogiques 2023-2024 .....	4
1.2.	Moniteur-Entraîneur Fédéral 2ième degré .....	4
1.2.1.	Stage final et Examen national 2023 - Niolon - 20 au 27 octobre 2023 .....	4
1.2.2.	Stage en situation 2024 - Paris - 24 et 25 février 2024 .....	4
1.2.3.	Stage initial régional 2024 - Paris - 30 et 31 mars 2024 .....	4
1.2.4.	Examen national 2024 – La Gravière du fort – 19 au 25 octobre 2024.....	5
1.3.	Moniteur-Entraîneur Fédéral 1er degré.....	5
1.3.1.	Examen d’automne 2023 - Bécon-les-granits - 30 septembre 2023 - Beaumont-sur-Oise - 14 et 15 octobre 2023 .....	5
1.3.2.	Stage initial 2023 - Paris - 2 et 3 décembre 2023.....	5
1.3.3.	Stage en situation 2023-2024 .....	6
1.3.4.	Examen de printemps 2024 - 1 juin 2024 - Bécon-les-granits - Beaumont-sur-Oise - 8 et 9 juin 2024 .....	6
1.3.5.	Examen d’automne 2024 - 28 septembre 2024 - Bécon-les-granits - 5 et 6 octobre 2024 - Beaumont-sur-Oise.....	6
1.4.	Initiateur-Entraîneur Apnée .....	6
1.4.1.	Stage initial 2023 - Paris - 18 et 19 novembre 2023 .....	6
1.4.2.	Stage en situation 2023-2024 .....	7
1.4.3.	Examen 2024 - Paris et INSEP - 27 et 28 avril 2024.....	7
1.5.	Apnéiste Expert en Eau Libre.....	7
1.5.1.	Cours théoriques 2023-2024.....	7
1.5.2.	Examen 2024 – Boulogne, La Ciotat, Ustica, Porquerolles et les Pouilles ! .....	8
1.6.	Juge Fédéral Apnée piscine .....	8
1.6.1.	Formation théorique 2023 – Visioconférence – 21 novembre 2023 - Formation pratique - Piscine de Boulogne Billancourt - 24 novembre 2023 .....	8
1.7.	Apnéistes de sécurité piscine .....	8
1.7.1.	Session 2023 .....	8
1.7.2.	Sessions 2024 .....	8
1.8.	Escorte.....	9
1.8.1.	Session 2023 - Visioconférence - 5 décembre 2023.....	9
1.8.2.	Session 2024 - Visioconférence - 11 mars 2024.....	9
1.9.	Objectifs pédagogiques 2024-2025 .....	9
1.10.	Remerciements .....	10
2.	Bilan sportif.....	10
2.1.	Rappel de nos objectifs sportifs 2023-2024 .....	10
2.2.	Les compétitions .....	10

2.3.	Les compétiteurs .....	11
2.4.	Les juges .....	11
2.5.	Les apnéistes de sécurité.....	12
2.6.	Les départements.....	12
2.7.	Objectifs 2024-2025 .....	12
2.7.1.	Compétitions.....	12
2.7.2.	Compétiteurs .....	12
2.7.3.	Organisateurs de compétition, juges et apnéistes de sécurité .....	13
2.7.4.	Départements .....	13
2.8.	Remerciements .....	13
3.	Recherches & publications - Divers .....	14
3.1.	Rappel de nos objectifs 2023-2024 .....	14
3.1.1.	Bibliothèque pédagogique .....	14
3.1.2.	Notes techniques .....	14
3.1.3.	Projet Hypoxia.....	14
3.1.4.	Rapports d'activité .....	14
3.1.5.	Site internet régional .....	14
3.1.6.	Page Facebook de la Commission régionale .....	14
3.1.7.	Salon de la plongée 2024 .....	14
3.1.8.	Jeux Olympiques de Paris 2024.....	14
3.2.	Objectifs 2023-2024 .....	14
3.2.1.	Bibliothèque pédagogique .....	14
3.2.2.	Notes techniques .....	14
3.2.3.	Projet Hypoxia.....	15
3.2.4.	Rapports d'activité .....	15
3.2.5.	Site internet régional .....	15
3.2.6.	Page Facebook de la Commission régionale .....	15
3.2.7.	Salon de la plongée 2024 .....	15
4.	Pour finir... .....	15

# 1. Bilan pédagogique

## 1.1. Rappel de nos objectifs pédagogiques 2023-2024

Nos objectifs pédagogiques pour la saison 2023-2024 étaient...

- Organiser des **cursus régionaux** ouverts à tous les licenciés de la FFESSM : IE, MEF1, MEF2, AEEL, JFA1, apnéiste de sécurité piscine et Escorte
- Aider les CODEP à organiser des cursus départementaux IE et les régions ne disposant pas de cadres apnée pour organiser des cursus de formation IE, MEF1 et AEEL
- Diffuser les **meilleures pratiques pédagogiques** et les **informations techniques** les plus pertinentes et à jour
- Donner la place aux **experts régionaux** reconnus dans leurs thèmes de prédilection
- Donner la parole à des **sportifs de haut niveau**
- Permettre aux **stagiaires MEF1 et MEF2** de participer aux cursus de formation en qualité d'intervenant et/ou d'auditeur libre
- Intégrer les **tuteurs IE et MEF1** dans les cursus de formation
- Mettre à la disposition des cadres apnée une **bibliothèque pédagogique** leur permettant, par assemblage et personnalisation de briques élémentaires, de concevoir leurs supports de formation à destination de stagiaires AP, ACP, AEL, ACEL et AEEL
- Mettre à la disposition des cadres et pratiquants des **notes techniques** issues d'articles scientifiques sur l'apnée

**Nos objectifs ont été atteints !**

## 1.2. Moniteur-Entraîneur Fédéral 2ième degré

### 1.2.1. Stage final et Examen national 2023 - Niolon - 20 au 27 octobre 2023

Au terme d'une semaine intense avec des conditions de mer parfois difficiles, les **2 candidats franciliens**, Antonin Duhomme et Larbi Maalaoui ont été brillamment reçus, en soulignant **qu'Antonin, a été major de promotion**. Notons que les 2 INAs franciliens, Henri-Pierre Maders et Thierry Tonnelier, faisaient partie du jury.

### 1.2.2. Stage en situation 2024 - Paris - 24 et 25 février 2024

Un accent particulier a été mis dans l'accompagnement des stagiaires MEF2 par le collège des IRA avec notamment l'organisation d'un stage régional de préparation à l'examen axé sur la pédagogie du second degré. Ce stage organisé à Paris, placé sous la responsabilité pédagogique de Stéphane Caumartin, a été animé par Jean-François Barbé, Marie Borel, Magalie Fockeu, Henri-Pierre Maders, Thierry Tonnelier et Jean-Emmanuel Virenque. Ce stage a concerné **8 stagiaires MEF2** : Bruno Bougerol, Simon Duflo, Maher Hamdi, Maxime Horry, Cyril Léger, Peter Long, Erwan Mandagot et Alexis Mazars. Notons que c'est la première fois qu'un stage de ce type est organisé en France avec un retour d'expériences très positif des stagiaires. Cependant, nous n'avons pas attiré des stagiaires MEF2 et des INA hors Île-de-France.

### 1.2.3. Stage initial régional 2024 - Paris - 30 et 31 mars 2024

Ce stage a été placé sous la responsabilité pédagogique de Sébastien Léon et animé par Marie Borel, Henri-Pierre Maders, Thierry Tonnelier et Jean-Emmanuel Virenque. Ce stage a concerné **13 candidats**

**licenciés dans 4 régions** : Fabien Alleau (Hauts de France), Marion Ano (Normandie), Erik Barbette (Normandie), Pascal Bouvry (Île-de-France), Pierre Cuturello (Île-de-France), Jonathan Génin (Normandie), Philippe Gérinel (Bretagne Pays de Loire), Nadine Lachaux (Île-de-France), Vivien Harri (Bretagne Pays de Loire), Bruno Mérindol (Île-de-France), Bruno Taravella (Bretagne Pays de Loire), Benoît Toro (Île-de-France) et Morgan Vérel (Normandie). Les thèmes suivants ont été abordés pendant le stage : La pédagogie de second degré, le traitement d'un sujet en tant que formateur de cadres et les outils pédagogiques par Sébastien Léon et la réglementation par Jean-Emmanuel Virenque. Notons que c'est la **troisième saison consécutive** qu'un tel stage est organisé en Île-de-France ; Notons également que, comme pour les précédentes éditions, ce stage a demandé un travail préparatoire à chaque candidat, travail qui a donné lieu à autant de présentations en séance.

#### 1.2.4. Examen national 2024 – La Gravière du fort – 19 au 25 octobre 2024

**Plusieurs candidats Île-de-France sont inscrits...** Henri-Pierre Maders et Thierry Tonnelier feront partie du jury.

### 1.3. Moniteur-Entraîneur Fédéral 1er degré

Pour la troisième saison consécutive, le cursus régional MEF1 a été organisé par Yves Le Boënnec et Loïc Mahevas.

#### 1.3.1. Examen d'automne 2023 - Bécon-les-granits - 30 septembre 2023 - Beaumont-sur-Oise - 14 et 15 octobre 2023

**7 candidats** se sont présentés : Stéphane Bonin, Guillaume Boulant, Igor Duraffourg, Nadine Lachaux, Etienne Lacour, Vivien Riquelme et Emmanuel Zylber et **5 candidats ont été brevetés**. Bravo à **Nadine Lachaux, major de promotion**. Le jury était composé de **9 stagiaires MEF2**, de membres de la Commission régionale apnée, de représentants des SCA et de cadres, soit un total de **26 personnes** : Jean-François Barbé, Thierry Biarnes, Marie Borel, Bruno Bougerol, Antonin Duhomme, Simon Duflo, Philippe Garnier-Guilbert, Maher Hamdi, Maxime Horry, Alain Lachaux, Yves Le Boënnec, Cyril Léger, Pierre-Alexandre Leroy, Peter Long, Henri-Pierre Maders, Larbi Maalaoui, Loïc Mahevas, Florine Martin, Erwan Mandagot, Clémentine Marie, Alexis Mazars, Éric Ramus, Guillaume Salinier, Marjolaine Spiess, Thierry Tonnelier et Jean-Emmanuel Virenque. Notons que l'examen a introduit en test une épreuve de **randonnée subaquatique** en plus de l'épreuve de pédagogie pratique de poids constant.

#### 1.3.2. Stage initial 2023 - Paris - 2 et 3 décembre 2023

Le stage initial s'est déroulé à l'attention de **12 candidats** : Adil Bouchnafati, Mohamed Amine Chatt, Laurent Dubus, Cédric Durand, Frédéric Durix, Rémi Favier, Mohamed Habib Lakhoua, François Michaud, Pierre Morélot, Alain Pascal, Benoit Renaudin et Mohamed Mehdi Saad et la participation de **5 stagiaires MEF2**. Notons la participation amicale dans l'équipe pédagogique Île-de-France de Daniel Naguet, MEF2 région Hauts de France. Les thèmes suivants ont été abordés : Le bilan régional 2022-2023 par Henri-Pierre Maders, le cadre règlementaire par Jean-Emmanuel Virenque, les dangers liés au milieu de pratique par Loïc Mahevas, les lois physiques, l'anatomie et les accidents par Thierry Tonnelier, l'apnée verticale par Yves le Boënnec, le matériel par Loïc Mahevas et Yves le Boënnec, la biologie et l'environnement par Yves Le Boënnec, la pédagogie générale et spécifique par Michel Chauvet, l'organisation de l'activité par Daniel Naguet et l'évaluation par Bruno Bougerol. Notons qu'une très intéressante **séance de visualisation** de l'épreuve de démonstration technique à 25 mètres a été organisée par Yves le Boënnec.

### 1.3.3. Stage en situation 2023-2024

**2 conférences** ont été proposées aux candidats : le 4 avril 2024 sur la profondeur par Emmanuelle Menou-Arnoux et Marion Noulhiane, toutes deux compétitrices et le 25 avril 2024 sur les accidents par Thierry Tonnelier. **1 fosse** a été organisée à Villeneuve le 17 mars 2024 réunissant 12 candidats. **3 sorties en milieu naturel** conjointes MEF1 et MEF2 ont été organisées : les 30 & 31 mars et le 27 avril 2024 à Bécon les granits et le 27 mai à Beaumont-sur-Oise. Toutes ces sorties ont rencontré un vif succès malgré des conditions météorologiques un peu fraîches.

### 1.3.4. Examen de printemps 2024 - 1 juin 2024 - Bécon-les-granits - Beaumont-sur-Oise - 8 et 9 juin 2024

**8 candidats** se sont présentés à l'examen : Guillaume Boulant, Mohamed Amine Chatt, Ondine Dispagne, Laurent Dubus, Rémi Favier, Pierre Morélot, Alain Pascal et Benoit Renaudin et les **8 ont été brevetés**. Bravo à **Laurent Dubus, major de promotion**. Le jury était composé de **6 stagiaires MEF2** et de membres de la Commission régionale apnée, soit un total de **12 personnes**.

### 1.3.5. Examen d'automne 2024 - 28 septembre 2024 - Bécon-les-granits - 5 et 6 octobre 2024 - Beaumont-sur-Oise

**Plusieurs candidats** sont déjà inscrits à ce jour

## 1.4. Initiateur-Entraîneur Apnée

Pour la troisième saison consécutive, le cursus IE a été organisé par Marie Borel et Guillaume Salinier. Notons que ce cursus regroupe les candidats des CODEP 75 et 92, ainsi que les candidats venus de toute l'Île-de-France. Notons que plusieurs CODEP, dont le 78 et le 94, ont également organisés des cursus IE. Pour la deuxième saison consécutive, le **cursus Tuteur IE** a été organisé par Henri-Pierre Maders et Guillaume Salinier le 8 novembre 2023. Il est à noter que, de même que la saison précédente, les tuteurs d'IE qui ont suivi la formation au rôle de tuteur IE ont été invités à participer au stage initial

### 1.4.1. Stage initial 2023 - Paris - 18 et 19 novembre 2023

Le stage s'est déroulé à l'attention de **41 candidats** : Olivier Bailleux, Paul Benet, Gabrielle Beyl, Mara Bourignon, Pierre Chambet, Aurélie Dauta, Grégoire de Brichambaut, Rémi Degenne, Bernard Delauney, Rosalie Deletre, Charline Deschamps, François Désideri, Marie-Émilie Douarre, Shay Dror, Éric François, Jimmy Gavroy, Alexandre Guillot, Sandra Goncalves, Jean-François Goudou, Victoria Guillon, Élise Gustin, Sylvie Hermann Legueu, Audrey Houalla, Joffroi Jacquemart, Luce Kuhfuss Monval, Rachid Labed, Francis Le Brenn, Damien Le Marec, Arnaud Lecuyer, Tarik Louni, Louis Mas, Bertille Messesson, Laurent Miraucourt, Ghady Njeim, Benjamin Ratiarisolo, Jean-François Rochaix, Daniel Rodriguez-Garcia, Romain Schindler, Florian Serre, Baptiste Vitez et Gilles Zawadzky et la présence de **12 tuteurs IE**. Les thèmes suivants ont été abordés : Le bilan régional 2022-2023 par Henri-Pierre Maders, la présentation de la formation & du cursus IE par Marie Borel, le MFA (présentation / lecture / analyse / mise en application : lecture différenciée confirmé-expert) par Michel Chauvet, le MFA concernant l'IE par Michel Chauvet, la pédagogie générale et spécifique par Guillaume Salinier, l'entraînement et mise en application par Cyril Leger, la programmation d'une séance par Marie Borel, la pédagogie théorique / présentation de l'épreuve à l'examen / les outils par Guillaume Salinier, la compétition par Danny Segui, la pédagogie théorique par Marie Borel, la réglementation par Jean-Emmanuel Virenque et la pédagogie pratique par Guillaume Salinier. Notons que, de même que la

saison passée, le stage a permis l'organisation d'**ateliers pédagogiques en sous-groupes supervisés par les tuteurs IE**

#### 1.4.2. Stage en situation 2023-2024

**3 visioconférences** réunissant en moyenne 25 stagiaires IE ont été organisées : le 19 décembre 2023 sur la biologie par Cyril Leger, le 11 février 2023 sur les accidents par Thierry Tonnelier, le 25 mars 2024 sur la recherche et la compétition par Marion Noulhiane. **4 ateliers de pédagogie pratique** ont été organisés à la **fosse de Villeneuve La Garenne** réunissant en moyenne 8 stagiaires IE : 10 décembre 2023 par Guillaume Salinier, Marie Borel et Cyril Léger, le 21 janvier 2024 par Yves le Boënnec et Simon Duflo, le 4 février 2024 par Marie Borel, Cyril Léger et Stéphan Desjardins et le 17 mars 2024 par Marie Borel et Cyril Léger. **3 ateliers de pédagogie pratique** ont été organisés à la **piscine Masséna** réunissant en moyenne 8 stagiaires IE : le 4 février 2024 par Marie Borel, Cyril Léger et Simon Duflo, le 3 mars 2024 par Marie Borel et Cyril Léger et le 24 mars 2024 par Marie Borel et Jean-Emmanuel Virenque. **3 ateliers de pédagogie théorique** ont été organisés en salle réunissant en moyenne 12 stagiaires IE : le 4 décembre 2023 par Marie Borel, Guillaume Salinier et Cyril Léger, le 18 janvier 2024 par Marie Borel et Cyril Léger et le 11 mars 2024 par Danny Segui, Cyril Léger et Marie Borel. **4 questionnaires pédagogiques** ont été adressés aux candidats.

#### 1.4.3. Examen 2024 - Paris et INSEP - 27 et 28 avril 2024

**31 candidats** se sont présentés : Olivier Bailleux, Paul Benet, Gabrielle Beyl, Mara Bourignon, Grégoire de Brichambaut, Charline Deschamps, François Désideri, Marie-Émilie Douarre, Éric François, Jimmy Gavroy, Sandra Goncalves, Jean-François Goudou, Victoria Guillon, Élise Gustin, Sylvie Hermann Legueu, Audrey Houalla, Joffroi Jacquemart, Luce Kuhfuss Monval, Rachid Labeled, Damien Le Marec, Arnaud Lecuyer, Tarik Louni, Ghady Njeim, Djamel Ouahbrache, Bérénice Prévot, Benjamin Ratiarisolo, Jean-François Rochaix, Daniel Rodriguez-Garcia, Romain Schindler, Florian Serre et Gilles Zawadzky et **29 candidats ont été reçus**. Bravo à Élise Gustin, major de promotion. Le jury était composé de **19 cadres** franciliens.

### 1.5. Apnéiste Expert en Eau Libre

Pour la deuxième année consécutive, le cursus AEEL a été organisé par Michel Chauvet et Emmanuel Virenque. Ce cursus a concerné **12 candidats** : Éric Darrieus, Nicolas Drouard, Nathalie Jousot, Philippe Kerneis, Yacine Leadi, Isabelle Le Sager, Delphine Molas, Marylène Pécheul, Samir Senouci, Camille Sorrel-Dejerine, Jérémie Viel et Anne Zaslavski. Notons une nouveauté cette année, la méthode pédagogique demandait aux candidats une prise de connaissance des supports de formation avant chaque cours. Un support contenant tous les thèmes du cursus a été à ce titre remis aux participants en début de cursus.

#### 1.5.1. Cours théoriques 2023-2024

**7 visioconférences** ont été organisées sur les thèmes suivants : le 4 décembre 2023, les lois physiques par Jean-Emmanuel Virenque, le 20 décembre 2023, la physiologie par Michel Chauvet, le 10 janvier 2024, le 25 janvier 2024, la compensation par Matthieu Ambert, le 25 janvier 2024, les mécanismes adaptatifs du corps en apnée par Bruno Bougerol, le 5 février 2024, la biologie et vie marine par Simon Duflo, le 14 mars 2024, l'entraînement par Dominique Henry et le 23 mars 2024 sur la formation continue autonome par Laurent de Beaucaron. **2 séances en présentiel** ont été organisées : le 25 novembre 2023, lancement du cursus par Michel Chauvet et la réglementation par Jean-Emmanuel Virenque ainsi que le 20 janvier 2024 sur la compensation par Matthieu Ambert, les cartes marines, le matelotage et l'organisation d'une sortie en mer par Michel Chauvet et les accidents par Benoit Vidal.

### 1.5.2. Examen 2024 – Boulogne, La Ciotat, Ustica, Porquerolles et les Pouilles !

L'examen théorique s'est déroulé le 16 mars 2024. La qualité des copies a été excellente. Les épreuves piscine se sont déroulées le 2 avril 2024 à la piscine de Boulogne. Les épreuves en milieu naturel se sont déroulées en juin sur 4 sites géographiques et avec des jurys différents : La Ciotat pour 3 candidats avec Patrick Constant (mai), Ustica pour 1 candidat avec Michel Chauvet (mai), Porquerolles pour 6 candidats avec Mathieu Ambert, Géraud Buxerolles et Jean-Emmanuel Virenque (juin) et Les Pouilles pour 2 candidats avec Géraud Buxerolles, Henri-Pierre Maders et Jean Emmanuel Virenque (juillet). **Les 12 candidats ont été brevetés.**

### 1.6. Juge Fédéral Apnée piscine

Pour la **troisième année consécutive**, le cursus JFA1, organisé par Patrick Constant, Henri-Pierre Maders et Marjolaine Spiess s'est déroulé en début de saison sportive

#### 1.6.1. Formation théorique 2023 – Visioconférence – 21 novembre 2023 - Formation pratique - Piscine de Boulogne Billancourt - 24 novembre 2023

Elle s'est déroulée la semaine précédant la compétition de Clamart. Elle a permis d'augmenter le vivier de juges d'une façon significative avec **20 nouveaux JFA1** stagiaires : Erik Barbette, Gabrielle Beyl, Catherine Boucher, Victor Daguin, Simon Duflo, Frédéric Durix, Christine Foures, Fabrice Guillet, Xavier Iturrioz, Marie-Claude Marchand, Alexis Mazars, Bruno Mérindol, Bertrand Néron, Laetitia Nicolas, Ghady Njeim, Sylvie Pouliquen, Vivien Riquelme, Paulo Serra, Bruno Talavera et Jacques Varengo

### 1.7. Apnéistes de sécurité piscine

Pour la deuxième année consécutive, cette formation a été placée sous la responsabilité de Patrick Constant, Philippe Garnier-Guilbert, Danny Segui et Marjolaine Spiess

Cette formation est un indéniable succès car elle a été très appréciée des compétiteurs

Notons que les supports pédagogiques élaborés par Danny Ségui ont également été utilisés pour former les apnéistes de sécurité du **Championnat régional du Centre à Tours** qui s'est déroulé le 8 avril 2024 et ceux du **Championnat de France piscine à Brest** qui s'est déroulé les 18 et 19 mai 2024

#### 1.7.1. Session 2023

Animée par Patrick Constant et Danny Segui, cette session s'est déroulée à Massy (91) avec la partie théorique en visioconférence le 2 octobre 2023 réunissant 45 personnes et la partie pratique le 7 octobre 2023 à la piscine de Massy réunissant **25 personnes.**

#### 1.7.2. Sessions 2024

Animées par Patrick Constant, Philippe Garnier-Guilbert et Danny Segui, ces sessions se sont déroulées à Sarcelles (95) et à Courbevoie (92) avec la partie théorique en visioconférence le 08 janvier 2024 réunissant 65 personnes et la partie pratique le 12 janvier 2024 à Sarcelles pour 15 personnes et le 22 janvier 2024 à Courbevoie pour **17 personnes.** Notons qu'une formation pratique a également été organisée par Henri-Pierre Maders et Marjolaine Spiess à Tours le 6 avril 2024 pour **12 personnes** dans le cadre du Championnat régional d'apnée de la région Centre.



## 1.8. Escorte

Placée sous la responsabilité de Henri-Pierre Maders, avec les supports mis en forme par Olivia Fricker, vice-Présidente de la Commission Nationale Apnée, cette formation a été organisée à 2 reprises.

### 1.8.1. Session 2023 - Visioconférence - 5 décembre 2023

Animée par Henri-Pierre Maders et Marjolaine Spiess, elle a été réalisée à destination de **5 candidats franciliens** : David Désormais, Laurent Dubus, Michael Grenier, Sandrine Leclercq et Sophie Lefort

### 1.8.2. Session 2024 - Visioconférence - 11 mars 2024

Animée par Henri-Pierre Maders et Marjolaine Spiess, elle était destinée à **20 candidats de 5 régions** : Fabien Barbarin-Costes (Centre), Thierry Biarnès (Île-de-France), Bruno Bougerol (Île-de-France), Nicolas Bruneau (Centre), Alban Burlet (Sud), Pascal Chamu (Normandie), Mickael Christien (Bretagne Pays de Loire), Killian Conan (Centre), Annie Courboulay (Centre), Federoco Fabbri (Sud), Nathalie Jousot (Île-de-France), Manu Leduc (Centre), Éric Mennecart (Centre), Emmanuelle Menou-Arnoux (Île-de-France), Djamel Ouahbrache (Île-de-France), Béatrice Rouvier (Sud), Yannick Saluden (Centre), Yann Vallée (Île-de-France) et Bruno Vandeveld (Sud). Notons que cette session a bénéficié des témoignages de Béatrice Rouvier et d'Alain Burlet, entraîneurs de l'équipe de France.

## 1.9. Objectifs pédagogiques 2024-2025

**Nos objectifs pour la saison 2024-2025 sont :**

- Organiser des **cursus régionaux** ouverts à tous les licenciés de la FFESSM : IE, MEF1, MEF2, AEEL, JFA1, apnéiste de sécurité piscine et Escorte ;
- Développer l'**accompagnement des stagiaires IE, MEF1 et MEF2** dans le cadre de leur stage en situation ;
- Faire intervenir dans les cursus de nouveaux cadres franciliens, et notamment les **MEF2 stagiaires** ;
- Proposer aux autres régions de participer au **stage initial MEF2 et au stage d'entraînement MEF2** organisé en Île-de-France ;
- Aider les CODEP à organiser des cursus départementaux IE et les régions ne disposant pas de cadres apnée pour organiser des cursus de formation IE, MEF1 et AEEL ;
- Diffuser les **meilleures pratiques pédagogiques** et les **informations techniques** les plus pertinentes et à jour ;
- Donner la place aux **experts régionaux** reconnus dans leurs thèmes de prédilection ;
- Donner la parole à des **sportifs de haut niveau** ;
- Permettre aux **stagiaires MEF1 et MEF2** de participer aux cursus de formation en qualité d'intervenant et/ou d'auditeur libre ;
- Intégrer les **tuteurs IE et MEF1** dans les cursus de formation ;
- Compléter la **bibliothèque pédagogique avec des briques sur les thèmes suivants** : « **tutorat IE** », « **sport santé** », « **outils pédagogiques** », « **apnée et handicap** » permettant, par assemblage et personnalisation de briques élémentaires, de concevoir des supports de formation à destination de stagiaires AP, ACP, AEL, ACEL et AEEL et également des cadres ;
- Mettre Organiser les mêmes **cursus de formation** au profit de tous les adhérents de la FFESSM.

## 1.10. Remerciements

De nombreuses personnes sont intervenues dans les cursus de formation organisés par la Commission régionale apnée lors de la saison 2023-2024. Cependant, la liste alphabétique suivante ne cite pas les nombreux MEF2s qui sont intervenus dans le cadre de l'animation de certains ateliers pratiques, jurys d'examen ainsi que les cadres qui sont intervenus dans les cursus de formation organisés par les CODEP : Ambert Mathieu, MEF1 ; Barbé Jean-François, IRAs ; Borel Marie, IRA ; Bougerol Bruno, MEF2s ; Caumartin Stéphane, INA, région Pyrénées Méditerranée Occitanie ; Chauvet Michel, MEF2 ; Constant Patrick, IRA, JFA2s ; De Beaucaron Laurent, MEF1, compétiteur ; Duflo Simon, MEF2s ; Fockeu Magalie, IRAs ; Gaborit Sophie, MEF1 ; Garnier-Guilbert Philippe, MEF2, JFA2s ; Henry Dominique, IE2, entraîneur ; Le Boënnec Yves, IRA ; Léger Cyril, MEF2s ; Léon Sébastien, INA, région Bretagne Pays de Loire ; Maders Henri-Pierre, IRA, INAs, JFA2 ; Mahevas Loïc, IRA ; Naguet Daniel, région Hauts de France ; Menou-Arnoux Emmanuelle, MEF1, compétitrice ; Noulhiane Marion, IRAs, compétitrice ; Salinier Guillaume, IRA ; Segui Danny : IRAs puis IRA ; Spiess Marjolaine, MEF1, JFA2s ; Tonnelier Thierry, IRA, INAs; Virenque Jean-Emmanuel, IRAs puis IRA et Vidal Benoit, MEF1.

## 2. Bilan sportif

### 2.1. Rappel de nos objectifs sportifs 2023-2024

**Nos objectifs sportifs pour la saison 2023-2024 étaient les suivants...**

- Organiser une **dizaine de compétitions sélectives** dont une **manche de Coupe de France** et un **Championnat régional en 3 manches** localisées dans **3 départements différents** ;
- Répartir les compétitions sur **le plus de départements possibles** ;
- Répartir les compétitions sur toute la **saison sportive** et tenant compte des manches de coupe de France et du Championnat de France ;
- Tendre vers un **équilibre** entre le nombre de compétiteurs et le nombre de juges et apnéistes de sécurité par département ;
- **Augmenter le nombre moyen de compétiteurs** par compétition ;
- Accueillir le plus de compétiteurs franciliens possible, qu'ils soient membres de l'équipe de France ou débutant ;
- Mieux équilibrer le nombre de compétiteurs entre les différentes compétitions ;
- Accueillir autant que faire se peut des **compétiteurs d'autres régions** ;
- Accueillir des compétiteurs juniors ;
- **Augmenter le nombre de juges** (JFA1 et JFA2) en Île-de-France ;
- **Augmenter le nombre d'apnéistes de sécurité** et mieux les entraîner ;
- **Assister les organisateurs de compétition** débutants en leur fournissant des supports et une expertise régionale leur permettant de bien préparer leur compétition en amont et de sécuriser son déroulement ;
- Organiser les nouvelles épreuves fédérales, notamment le **8x50m**.

**Nos objectifs ont été atteints !**

### 2.2. Les compétitions

**9 compétitions sélectives** et **2 rencontres amicales** ont été organisées entre novembre 2023 et avril 2024 dans **6 départements**. Certaines sont devenues incontournables du calendrier francilien.

- Dimanche 12 novembre 2023 : « **Compétition régionale de Corbeil-Essonnes** », Corbeil-Essonnes (91) ;
- Dimanche 26 novembre 2023 : « **Apnées Franciliennes de Clamart** », Clamart (92) ;
- Dimanche 3 décembre 2023 : « **Compétition d'apnée** », Le Chesnay-Rocquencourt (78) ;
- Dimanche 7 janvier 2024 : « **Melunaise d'Apnée Trophée Alain Bertoncello** », Melun (77) - Première manche du championnat régional IDF ;
- Dimanche 14 janvier 2024 : « **Deuxième manche de coupe de France** », Sarcelles (95) ;
- Dimanche 4 février 2024 : « **Trophée de Courbevoie** », Courbevoie (92) - Seconde manche du championnat régional IDF ;
- Dimanche 3 mars 2024 : « **Valdevarnaise d'apnée** », Créteil (94) ;
- Samedi 16 mars 2024 : « **Challenge départemental d'apnée amical de l'Essonne** », Massy (91) - Compétition open ;
- Dimanche 17 mars 2024 : « **L'inspiration du Roy** », Versailles (78) - Troisième manche du championnat régional IDF ;
- Dimanche 24 mars 2024 : « **Trophée Canneson** », Chatou (78) – Compétition open ;
- Samedi 30 mars 2024 : « **Septième Meeting de Mantes en Yvelines** », Mantes la Ville (78).

### 2.3. Les compétiteurs

Le nombre de compétiteurs a augmenté de 20% et le nombre de participations de 35%. **159 compétiteurs personnes physiques** (sur environ 350 compétiteurs identifiés en France) ont participé à au moins 1 compétition (contre 133 pour la saison 2022-2023). En prenant en compte le fait que certains compétiteurs ont participé à plusieurs compétitions, le total de participations s'élève à **313 participations** (contre 231 pour la saison 2022-2023). Le nombre de compétiteurs moyen par compétition a augmenté de 20% avec **35 compétiteurs en moyenne** (contre 29 pour la saison 2022-2023). Plusieurs juniors ont participé aux compétitions. Les compétitions organisées en Île-de-France ont accueilli **47 compétiteurs licenciés dans une autre région** (30% du total) pour 69 participations (22% du total). Notons que **2 records de France** ont été battus par des athlètes franciliens lors de la saison : **Céline Jacky : 170,42m en DNF** le 4 février 2024 et **Maéva Tanguy : 61,04m en DNF** le 17 mars 2024. Cependant, aucune compétition n'a été organisée dans le 75 et le 93. Les compétiteurs du 78 et du 92 restent les plus nombreux. La répartition du nombre de compétiteurs entre les compétitions reste inégale avec 21 compétiteurs à Créteil et 52 compétiteurs à Versailles. Nous avons eu à déplorer de nombreux désistements de dernière minute, empêchant les compétiteurs en liste d'attente d'en profiter.

### 2.4. Les juges

**Aucune réclamation** n'a été faite lors des 9 compétitions par un compétiteur ou un entraîneur. **78 juges** ont été mobilisés (+ 30%), représentant 173 participations (+ 47%), (60/118 pour la saison 2022-2023), soit 19 juges en moyenne par compétition (contre 15 la saison 2022-2023) ; Les juges sont donc plus nombreux et plus mobilisés. La majorité des juges est francilienne (86%) et représente l'essentiel des participations (92%) ; Quelques juges d'autres régions interviennent néanmoins souvent dans les compétitions organisées en Île-de-France. Un petit nombre de juge constitue un noyau dur que l'on retrouve dans la plupart des compétitions. Les organisateurs de compétition sont souvent également juges dans d'autres compétitions. Le nombre de JFA1 a augmenté de façon significative grâce à la réalisation de 2 formations : une formation régionale : 20 participants et une formation CODEP 94 : 7 participants. La titularisation d'un JFA2 stagiaires en fin de saison, Marjolaine Spiess et de 2 prévu en début de saison 2024-2025, Patrick Constant et Philippe Garnier-Guilbert, permet de penser à la saison prochaine avec plus de sérénité. Un dispositif de communication a permis de mobiliser efficacement les juges. **Aucune compétition a manqué de juges**, et certaines en avaient même trop ! Les juges ont été doté d'un **tee-shirt bleu régional** et les juges principaux d'un **tee-shirt rouge régional**. Ces tee-

shirts constituent des signes de reconnaissance visibles lors des compétitions. Cependant, nous constatons une forte représentation des juges du 78, du 91 et du 92 et une représentation insuffisante des autres départements. Certains départements ont **beaucoup de compétiteurs et peu de juges**. Dans les compétitions, le nombre de juges n'est toujours pas proportionnel au nombre de compétiteurs.

## 2.5. Les apnéistes de sécurité

Les apnéistes de sécurité ont été appréciés par les compétiteurs. Le nombre d'apnéistes de sécurité a augmenté de façon significative : **77 apnéistes de sécurité** (+ 24%) représentant 112 participations (+ 47%), (62/76 saison 2022/2023) ; 12 apnéistes de sécurité en moyenne. Un cursus de formation spécifique a été développé et mis en œuvre à 3 reprises : Massy en octobre 2023, Sarcelles et Courbevoie en janvier 2024. Notons que ce même cursus a été déployé également au Championnat régional de la région Centre à Tours en avril 2024. Les apnéistes de sécurité se sont vus dotés d'un **tee-shirts manches longues blancs** et d'un **débardeurs blancs régional**. Ainsi, avec les juges principaux en rouge, les juges en bleu et les apnéistes de sécurité en blanc, **le drapeau tricolore a flotté sur les bassins en cette année olympique** ! Cependant, les apnéistes de sécurité d'une compétition sont le plus souvent uniquement des membres du club organisateur. Deux clubs sont très actifs : le club Sub Galatée Le Chesnay et Apnée attitude. Quasiment aucun apnéiste de sécurité d'une autre région n'est intervenu dans une compétition francilienne.

## 2.6. Les départements

Les résultats sont toujours très inégaux selon les départements avec une **culture compétition forte dans le 78 et le 92** : nombre de compétitions, de compétiteurs, de juges et d'apnéistes de sécurité, une culture compétition faible dans les autres départements. Seuls les CODEP 77, 78, 91, 92, 94 et 95 ont été impliqués dans la compétition. Les compétitions organisées dans le 78 et 92 ont attiré le plus grand nombre de compétiteurs. Les compétitions organisées dans le 78 ont attiré le plus grand nombre de juges. Les compétitions organisées dans le 78 ont attiré le plus grand nombre d'apnéistes de sécurité.

## 2.7. Objectifs 2024-2025

### 2.7.1. Compétitions

- Organiser une **dizaine de compétitions sélectives** dont une **manche de Coupe de France** et un **Championnat régional en 3 manches** localisées dans **3 départements différents** ;
- Répartir les compétitions sur **le plus de départements possibles** ;
- Répartir les compétitions sur toute la **saison sportive** et tenant compte des manches de coupe de France et du Championnat de France piscine et en Eau libre ;
- Organiser les nouvelles épreuves fédérales, notamment le **8x50m** ;
- Mieux équilibrer le nombre de compétiteurs entre les différentes compétitions.

### 2.7.2. Compétiteurs

- Accueillir le plus de compétiteurs franciliens possible, qu'ils soient membres de l'équipe de France ou débutant ;
- **Augmenter le nombre moyen de compétiteurs** par compétition ;
- Accueillir des **compétiteurs en situation d'handicap** ;

- Accueillir autant que faire se peut des **compétiteurs d'autres régions** ;
- Accueillir des **compétiteurs juniors**.

### 2.7.3. Organismes de compétition, juges et apnéistes de sécurité

- **Assister les organisateurs de compétition** débutants en leur fournissant des supports et une expertise régionale leur permettant de bien préparer leur compétition en amont et de sécuriser son déroulement ;
- **Juges et apnéistes de sécurité** ;
- **Augmenter le nombre de juges** (JFA1 et JFA2) ;
- **Augmenter le nombre d'apnéistes de sécurité** ;
- Tendre vers un **équilibre** entre le nombre de compétiteurs et le nombre de juges et apnéistes de sécurité par département ;
- Augmenter le nombre de **JFA2** en Île-de-France de façon à avoir la capacité d'homologuer un record de France à chaque compétition sélective ;
- **Animer** les communautés des juges et d'apnéistes de sécurité ;
- Fidéliser les apnéistes de sécurité afin qu'ils ne limitent pas leur engagement annuel à la seule compétition organisée par leur club.

### 2.7.4. Départements

- **Développer la culture compétition sur tout le territoire de l'Île-de-France et impliquer les CODEP**

## 2.8. Remerciements

L'équipe du Pole compétition de la CRA tout d'abord, Patrick Constant, Philippe Garnier, Danny Segui et Marjolaine Spiess, qui ont construit un calendrier des compétitions pertinent et ont aidé tous les organisateurs à préparer leurs compétitions en amont puis à les assister en situation afin de régler tous les petits problèmes... Cela a permis une augmentation significative de la capacité des compétitions à accueillir davantage de compétiteurs. Dans chaque compétition, un ou plusieurs membres de l'équipe ont été présents, ce qui également favorisé l'acquisition et la mutualisation des expériences et a garanti une homogénéité dans le déroulement des épreuves et les décisions des juges. Cette équipe a également contribué à la formation des juges et l'entraînement des apnéistes de sécurité, permettant par la même de favoriser les performances sportives.

Les organisateurs des compétitions, respectivement François Memheld et Philippe Bridenne à Corbeil-Essonnes, Patrick Constant à Clamart, Jean-Luc Gouillard et Katia Launay au Chesnay-Rocquencourt, Angéline Renaudin à Melun, Magalie Fockeu à Sarcelles, Youness Saidi et Mohamed Ghayati à Courbevoie, Jean-François Barbé à Créteil, Emmanuelle Menou-Arnoux et Thierry Biarnes à Versailles, et Philippe Garnier Guilbert à Mantes en Yvelines.

Les juges, et notamment les juges principaux, ainsi que les apnéistes de sécurité et les bénévoles qui ont consacré de nombreux week-end pour permettre aux compétiteurs de se faire plaisir.

Les présidents des clubs organisateurs, les présidents des Commissions apnée régionales, les Présidents de CODEP, le Président du Comité régional Île-de-France, Les présidents et vice-présidente de la Commission Nationale apnée, le délégué du Collège des JFA2, le Directeur Technique National et le président de la FFESSM pour leur soutien.

## 3. Recherches & publications - Divers

### 3.1. Rappel de nos objectifs 2023-2024

#### 3.1.1. Bibliothèque pédagogique

Mise à disposition sur le site internet régional d'une bibliothèque de briques pédagogiques sur le site internet régional.

#### 3.1.2. Notes techniques

Publication d'une ou plusieurs notes.

#### 3.1.3. Projet Hyppoxia

Publication de la newsletter n°2

#### 3.1.4. Rapports d'activité

Publication du Bilan sportif régional 2023-2024 et du Bilan pédagogique régional 2023-2024.

#### 3.1.5. Site internet régional

Publications régulières de l'ensemble des informations présentées sur la page Facebook : formations, compétitions, bibliothèque pédagogique, notes techniques, études...

#### 3.1.6. Page Facebook de la Commission régionale

Augmenter le nombre d'abonnés (+ de 1.000 personnes à ce jour) et publier au fil de l'eau.

#### 3.1.7. Salon de la plongée 2024

Animation de séances de découverte.

#### 3.1.8. Jeux Olympiques de Paris 2024

Démonstrations et animation de séances de découverte les 7 et 8 août à la Villette.

### 3.2. Objectifs 2023-2024

#### 3.2.1. Bibliothèque pédagogique

Mettre à disposition sur le site internet régional de nouvelles briques pédagogiques sur le site internet régional.

#### 3.2.2. Notes techniques

Publier une ou plusieurs notes.

### 3.2.3. Projet Hyppoxia

Publier la newsletter n°3 et du bilan final du projet.

### 3.2.4. Rapports d'activité

Publier le Bilan sportif régional 2024-2025 et le Bilan pédagogique régional 2024-2025.

### 3.2.5. Site internet régional

Publier régulièrement les informations présentées sur la page Facebook : formations, compétitions, bibliothèque pédagogique, notes techniques, études...

### 3.2.6. Page Facebook de la Commission régionale

Augmenter le nombre d'abonnés (+ de 1.000 personnes à ce jour) et publier au fil de l'eau.

### 3.2.7. Salon de la plongée 2024

Animer des séances de découverte.

## 4. Pour finir...

*Merci à vous toutes et à vous tous qui contribuez au développement de l'apnée en Ile-de-France :*

- *Au sein des clubs et Sociétés Commerciales Agrées : Présidents de club, responsables de section apnée, initiateurs, moniteurs MEF1, MEF2, juges, apnéistes de sécurité*
- *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, les membres du Comité directeur régional, Jérôme Hladky, Conseiller Technique National, Marie, Natacha, Viviane, Alain et les membres de la Commission Régionale Apnée.*