

# Entre Nous votre Feuille de Chou

A lire également sur le site : [cpsqy.com](http://cpsqy.com)

**EDITO.** Année importante pour notre FFESSM, 2 A.G. électives ont eu lieu, en Ile de France la liste de Mr Merlo F. et en Nationale la liste de Mr Blanchard JL., sont réélues. Prochaines A.G. : Régionale le 8/02/2014 à Perronnes et Nationale les 5 et 6/04/2014 à Avignon. FFESSM : chiffre d'affaires 4.9M€~, réserve 2.75M€~, licenciés 2012 = 149.500~, 2600 clubs~. Les certifications 2012 = 73.000~, les N1 et N2 sont en légère diminution, les N2 liés au PE40 ! Le prix des licences 2013-2014 seront en augmentation de 0.50euros, soit 37.98 adulte et 24.04 jeune. **Les inscriptions 2013-2014 auront lieu dès le 11 juin**, alors ne tardez pas à préparer votre dossier les places seront limités, la piscine n'étant pas extensible !! mais peut être de nouveaux créneaux le Week End, *sujet à suivre !!* Merci de répondre au questionnaire du Club, afin de nous aider à améliorer notre gestion.  
**Claude => [president.cpsqy@gmail.com](mailto:president.cpsqy@gmail.com)**

## ANIMATION.

**Francis et Anthony => [commission.animation.cpsqy@gmail.com](mailto:commission.animation.cpsqy@gmail.com)**

**APNEE.** La séance proposée par P. Frolla à l'Odyssée a été très intéressante. Une séance supplémentaire pour nos apnéistes chevronnés ou non, le dimanche 12 mai. Et encore des podiums pour **SYLVIE et XAVIER** bravo à eux ! Championnat d'Ile de France à Nogent sur Marne, Xavier 3ème en Statique avec 6'20", et 1<sup>er</sup> en Dynamique avec palmes, plus de 204 m ! Sylvie vice Championne d'Ile de France en 4'20"04, la 1ère 4'20"22 soit 18 centièmes de seconde d'écart !!!!!  
**Luc, Christophe=> [commission.apnee.cpsqy@gmail.com](mailto:commission.apnee.cpsqy@gmail.com)**

## ARCHEOLOGIE.

**Marta et Flora=> [commission.archeologie.cpsqy@gmail.com](mailto:commission.archeologie.cpsqy@gmail.com)**

**AUDIOVISUEL.** Festival de l'Image **Sous Marine des Yvelines**, le **CPSQY** aura le plaisir d'organiser le **FISMY en 2015**, avec l'aide du CODEP78, des organisateurs de 2013 et des bénévoles du club ! *à suivre.*

**Maxime, Patrick et Guillaume=> [commission.audiovisuelle.cpsqy@gmail.com](mailto:commission.audiovisuelle.cpsqy@gmail.com)**

**COMMUNICATION.** Mise en place des « flux RSS » technique, apnée, sortie ... une information sera envoyée prochainement. Bien entendu cela dépend des responsables du club, de transmettre toutes les informations à relayer vers les adhérents qui l'auront choisi, donc moins de mails sur les boîtes personnelles ! Et toujours l'Entre Nous, les panneaux d'affichage et mails d'informations diverses.

**Christine, Flavien et Jean-Philippe => [communication.cpsqy@gmail.com](mailto:communication.cpsqy@gmail.com)**

**ENVIRONNEMENT ET BIOLOGIE SUBAQUATIQUES « E.B.S. ».** Prochaine soirée avec la commission Audiovisuel le vendredi 31 mai.

**Laetitia, Nicolas, Flora=> [commission.bio.cpsqy@gmail.com](mailto:commission.bio.cpsqy@gmail.com)**

**JURIDIQUE.** Les garanties de vos assurances FFESSM/Lafont sont visibles sur le panneau du club à la piscine.

**Stéphane, Claude=> [commission.juridique.cpsqy@gmail.com](mailto:commission.juridique.cpsqy@gmail.com)**

**MATERIEL.** Les révisions de blocs et de détendeurs sont en cours, retour début MAI.

**François, Géry, Eric, Philippe=> [commission.materiel.cpsqy@gmail.com](mailto:commission.materiel.cpsqy@gmail.com)**

## MEDICAL.

**Pierre et Angela=> [commission.medicale.cpsqy@gmail.com](mailto:commission.medicale.cpsqy@gmail.com)**

## NAGE AVEC PALMES.

**Nadine et Patrice => [commission.nage.cpsqy@gmail.com](mailto:commission.nage.cpsqy@gmail.com)**

**SORTIES LOISIRS.** Pour la sortie « premières bulles » il reste 6 places pour tout niveau de plongeur, attention au départ : jeudi 23/05 à 19h30 !

**Benoit et Thierry=> [commission.sorties.cpsqy@gmail.com](mailto:commission.sorties.cpsqy@gmail.com)**

**TECHNIQUE.** Les fosses du 31/03 et du 20/04 ont été profitables à tous les niveaux de plongeurs. Le calendrier des **12 fosses 2013-2014** sera bientôt diffusé sur le site. Le séjour plongées Loisirs et Technique en Corse est complet 42 inscrits ! Les examens de théorie ont été réalisés ; **N1: 21 reçus, N2 : ? et N3 : 6**, en attendant les résultats de la pratique. L'examen de RIFAP du 27/04 valide **12 Secouristes**, bravo à eux ! Nous retrouverons nos 4 N4 en stage final avec le CODEP 78 en Corse, leur pré stage à Niolon a été une réussite. L'examen de nos 8 Initiateurs aura lieu à Versailles le 16 juin !

**Ludovic, Thierry et Vincent => [commission.technique.cpsqy@gmail.com](mailto:commission.technique.cpsqy@gmail.com)**

**TIR SUR CIBLE.** **Flora et Nicolas** ont participé au **stage de l'élite de France** (les meilleurs compétiteurs français, sélectionnables pour les compétitions internationales), organisé en Bretagne à Scaër puis à Beg-Meil. Programme physique comprenant ; tir subaquatique, tir à l'arc, nage en eau vive, VTT etc ...

**Philippe, Nicolas et Flora => [commission.tir.cpsqy@gmail.com](mailto:commission.tir.cpsqy@gmail.com)**

# Entre Nous votre Feuille de Chou

A lire également sur le site : [cpsqy.com](http://cpsqy.com)

**JEUX SUBAQUATIQUES.** Cette commission prévue dans nos statuts, est « dormante » depuis trop longtemps, elle doit se réveiller mais **il lui manque un meneur ou une meneuse** pour dynamiser cette activité ! Vous avez envie d'aider ces jeux à se réveiller, en développant la PSP, le Hockey Sub. ou toute autre activité, faites-vous connaître auprès de Claude, Marta ou Laetitia au plus tôt ! **PENDANT LES CONGES DE MAI, le mardi et le jeudi, NOUS FERONS DES SEANCES DE P.S.P. venez essayer c'est nouveau, sportif et sympa !**

## DATES à retenir pour

### mai 2013

01/05 = Descente de l'Oise à Boran-sur-Oise  
11 et 12/05 = Week-End technique à Trélazé  
12/05 = Fosse Apnée  
13/05 = Réunion du Bureau et Comité Directeur  
18-19/05 = Championnat de France à Montluçon  
des activités FFESSM : Apnée, Nage, Tir ... !!!  
26/05 = Descente de la Mayenne  
31/05 = Soirée « audio/bio/apéro ... » avec la  
représentante de Longitude 181, pour un exposé !

### juin 2013

01/06 = Nage, les 6 heures de Bonneval  
12/06 = Réunion Moniteurs et Baptêmes écoliers  
15/06 = Fosse Apnée  
17/06 = Réunion du Bureau et Comité Directeur  
22/06 = Nage, traversée des Sables d'Olonnes

**INSCRIPTION saison 2013-2014**

**le mardi 11/06 et le jeudi 13/06.**

**Fiche 2013-2014 voir sur le site.**

**FERMETURE DU CLUB LE JEUDI 27 JUIN VERS 23H**

### QUELQUES DEFINITIONS DE BASE !!! *SUITE*

**Masque** : Chose en plastique, assez chère, bien qu'on l'essaye en montrant qu'il doit tenir tout seul par aspiration, il a une lanière pour être sûr de ne pas le perdre. Son utilité ? quand on en a trouvé un de bien, c'est le vidage de masque, quand il brille par son absence, c'est le tuba enchanté; il n'y a d'ailleurs à cette occasion que le tuba qui chante....parce que les moniteurs, eux, ils gueulent.

**Tuba** : Truc sympa, typique du plongeur ou du nageur, c'est une paille à l'envers. L'été fait chaud, t'es à l'air en train de glander, t'aspire et le coca frais monte, c'est la paille, ben avec le tuba, l'été t'as froid, t'es dans l'eau, t'aspire et c'est l'air qui descend. Une variante consiste à mettre de l'eau dans le tuba du voisin, fou rire assuré...

NB: Les nageurs avec palmes le portent frontal, c'est pour pas qu'on les confonde, faudrait pas prendre les torchons pour des serviettes.

**Combinaison** : Ensemble plus ou moins épais fait pour protéger le plongeur du milieu extérieur. En fait il protège essentiellement le milieu extérieur du plongeur puisque c'est quand même le seul endroit où on peut pisser en public sans que ça paraisse vulgaire. Si vous utilisez une combinaison sèche, oubliez cette dernière phrase, vous vous feriez remarquer.

**Appareil Photo** : Caisson photographique vendu comme étant étanche, mais qui permet d'apprendre dès trois mètres, qu'il ne faut pas forcément croire tous les vendeurs.

**Bon Anniversaire à :** BETTON Sébastien, BONNET Céline, BOULLE Florian, CARRE Nicolas, COQUEBLIN Etienne, DUTHILLEUL Patrice, ELOIR Frédéric, FORESTIER Christian, GUILBAULT François, GUTLE Nicolas, JEANNE Edith, LAGLAIVE Franck, NEBRASSI SAID, STASSE William et ZODROS Valérie.☺