



Rapport Annuel – Brest 2019

ORIENTATION

RÉCAPITULATIF DU PROJET

DATE DU RAPPORT	AG DU	PREPARE PAR
28 février 2019	31 mars 2019	ZAEPFEL

SYNTHESE – MOT DU PRESIDENT

Cette année l'orientation « élite » a vu venir de nouveaux nageurs venant de Bretagne, d'Ile de France, de Bourgogne Franche-Comté, de Provence Alpes Cote d'Azur autant de régions ou nous n'avons pas encore de commissions, mais dans lesquelles nous envisageons de développer l'activité.

Des jeunes nageurs avec palme ont découverts notre discipline et je compte sur ces ambassadeurs pour en parler à d'autres et faire ainsi boule de neige.

Cela il faut le provoquer, donner l'envie de continuer.

Cette année l'équipe de France d'orientation sub a été rajeunie pas moins de 4 juniors sur 9 nageurs.

Des nageurs qui ont avant le championnat étaient en stage intensif pendant quatre jours.

Le championnat d'Europe a été une belle satisfaction, une belle médaille de bronze de nos Juniors Yan et Colas à l'épreuve Monk Seniors et au passage en pulvérisant le record de France qui datait de 2002 c'est 2 nageurs avaient 1 an.

3 nouvelles nageuses qui découvraient l'orientation sub a l'échelle internationale leur objectif était d'acquérir de l'expérience.

Elles ont envie de continuer et je les y encourage il faut environ 3 ans pour pouvoir commencer à faire des choses intéressantes.

Romane a battu pour sa première expérience le record de France junior de l'épreuve 5 points.

Cette année les jeunes ont décidés de tout bousculer Colas lors du Trophée des Cigognes qui explose le record de France Senior de l'épreuve 5 points.

Des contacts ont été pris avec le PAN le club de palme du Pays d'Aix Natation et son Président.

Il y a aussi le message du DTN qui demande a ce qu'il y ait plus de travail commun entre les commissions.

Nos méthodes commencent à avoir écho au sein de notre fédération.

Florence PLOETZE a fait une intervention au colloque national des entraîneurs à l'INSEP de PARIS.

Tous les entraîneurs des équipes de France de nos commissions et les entraîneurs de clubs on pu entendre et comprendre notre travail pour développer notre discipline pour tous.

Il faut continuer a développer l'orientation enfants/.jeunes on dit toujours que c'est le chausseur le plus mal chaussé.

Nous développons et fabriquons des planchettes pour enfants et c'est dans les autres pays que ca se développe.

Cette année en Croatie ils ont faits un camp d'entraînement pour enfants il y en avait 80.

Alors pourquoi ça marche là bas et pas chez nous ?

L'orientation pour les plongeurs il faut continuer à aller vers les plongeurs ; le café plongée est une bonne ouverture.

Continuons nos efforts, les formations aussi doivent continuer nous avons maintenant dans les 4 commissions existantes des MEF1 qui peuvent former des initiateurs-entraîneurs en orientation sub et des juges 1er degré.

Proposons dans chaque commission 2 dates début et fin d'année il faut créer l'offre.

COMPTE RENDU DE LA COMMISSION

Une année 2018 dans la continuité de nos axes sur le thème de l'orientation pour tous l'objectif étant de proposer à tous les licenciés une activité de loisirs et de plein air

LES JEUNES l'orientation «enfants/jeunes»

Les enfants peuvent à partir de 8 ans en PMT faire une activité ludique en piscine tout d'abord puis lorsque les températures sont plus clémentes en extérieur.

Souvent nos petits plongeurs font le plongeur de bronze puis les différents niveaux liés à leur âge mais à un certain moment que pouvons nous leur proposer ?

Pourquoi pas une activité de nature qui peut être ludique de loisir ou de compétition.

Avec des moyens simples vous pouvez développer une nouvelle activité

Tous les ans nous proposons nos parcours aux enfants sur les Ripe comme cette année dans la baie de Saint Mandrier

Les enfants peuvent s'adonner ainsi à l'orientation ludique, cette année ils pourront dans l'Est lors des RRJ (Rencontres Régionales Jeunes) du 22 au 23 juin à la Gravière du Fort s'initier à cette discipline

Nos plongeurs aussi souvent n'ont pas la formation nécessaire à l'utilisation du compas de plongée et nous leur proposons des initiations sur des parcours adaptés

LES PLONGEURS l'orientation « classic »

Dans nos commissions régionales nous pouvons proposer des formations aux plongeurs sur le maniement des compas dans l'Est chaque année 2 réunions d'informations spécifiques sur l'utilisation en plongée d'un compas ou d'une boussole

Nous mettons notre expertise au service des différents publics en élaborant aussi des planchettes de navigation

L'orientation terrestre se pratiquent en plein air nous proposons l'orientation subaquatique en lac et gravière avec peu de moyens on peut équiper un plan d'eau quelques tubes des compas ou des planchettes fabriquées et vendues à prix coutant par la commission et vous pouvez débiter une nouvelle activité

Les formations passerelle permettent aux Initiateurs-entraîneurs de la Technique et des commissions sportives de se former à l'orientation loisir pour Tous des dates sont proposées dans nos commissions

Nos commissions peuvent vous proposer stages initiations et formations n'hésitez pas à vous renseigner. Notre activité ne se cantonne pas au coté loisir et ludique mais c'est aussi une activité de compétition

Que ce soit pour les enfants ou les plongeurs il est possible d'organiser des initiations ou compétitions n'hésitez pas à solliciter les commissions régionales (Pyrénées-Méditerranée-Occitanie) (Hauts de France)(Grand Est) ainsi que dans le Centre la commission départementale du Loiret

Toutes les infos disponibles sur notre site : <http://orientationsub.ffessm.fr/> rubrique contacts

LES NAGEURS AVEC PALME l'orientation « élite »

L'orientation subaquatique en version élite se pratique en monopalme et nos nageurs « élite » sont souvent des nageurs avec palme qui pratiquent les 2 disciplines en même temps

Trois manches de coupe de France et un championnat de France ont lieu chaque année

les parcours sont variables dans leurs distances course de sprint sur le parallèle et plus longues sur les

différentes épreuves étoile, 5 points, course en M

les parcours individuels mais aussi par équipe Monk (équipe de 2) par équipe aussi de 4 nageurs

Chaque année les meilleurs vont avec l'équipe de France participé aux championnats d'Europe Cette année l'équipe de France fortement rajeunie était en Hongrie. Une semaine de compétition et chaque jour une épreuve différente un véritable marathon d'épreuves

Cette année le championnat d'Europe se déroulait dans le sud de la Hongrie à GYEKENYES et les Juniors et les Seniors de l'équipe de France allait pouvoir encore se frotter aux meilleurs mondiaux qui sont bien sur aussi souvent des nageurs avec palme.

Sur les 9 nageurs qui composait l'équipe de France 5 jeunes de moins de 21 ans dont 3 nouvelles nageuses
Coté jeunes

Juniors

Emilie CHEMIN du PAN et Romane CATTANEO du CS LORIENT (nouvelles nageuses)

Junior

Yan PLOETZE et Colas ZUGMEYER du CP Selestat

En Senior

Chez les Dames

Margaux LOISEL du CPBN de Rennes pour sa première participation en Orientation Sub et Florence PLOETZE du CPS

Chez les Hommes

Hugues BRILHAULT CPBN de Rennes, Julien SEBIRE et Pascal KNOBLOCH du CPS

La première épreuve le Monk par équipe de 2 une épreuve qui souvent a sourit a nos nageurs

Et a déjà apporté quelques médailles internationales.

Cet année l'entraîneur national avait envie de tenter un coup de poker en alignant nos 2 juniors Yan PLOETZE et Colas ZUGMEYER qui étaient bien sur alignés dans les épreuves juniors mais qui pour la circonstance allait concourir pour l'épreuve Senior.

Avec une belle course et un temps de 7'36'' et en explosant du même coup le record de France vieux de 15 ans se classe 3^{ème} et monte sur leur premier podium international de la discipline.

Cette année nous allons innover sur une épreuve de relais mixte qui sera testée au championnat de France à BISCHHEIM dans le Bas-Rhin.

Au mois de novembre lors du colloque national des entraîneurs qui a eu lieu le 24 novembre 2018 à l'INSEP à Paris Florence PLOETZE nageuse de l'équipe de France, MEF2 en orientation sub à fait une intervention sur « la formation des nageurs et la nécessaire variété des mises en situation pour maintenir un haut niveau de motivation ».

Elle a par des exemples précis démontrée que les nageurs pouvaient allier 2 activités différentes dans une même saison.

Lors de cette intervention elle à présenté à l'assemblée notre nouveauté 2019 une épreuve interactivités, une épreuve de relais mixte avec un ou une nageuse avec palme et un ou une orienteur(se)

Cette épreuve sera donc ouverte pour sa première en équipe constituée toujours une femme et un homme pas forcément du même club.

Avis aux amateurs qui veulent découvrir cette discipline.

Toutes les infos sur notre site : <http://orientationsub.ffessm.fr>

Nos pages facebook : <https://www.facebook.com/Orientation-sub-Ffessm-626347917423365/>

<https://www.facebook.com/OrientationSub/>