



**PROGRAMME**  
Équipe de France d'apnée



# CHAMPIONNAT D'EUROPE APNÉE PISCINE 2019

**Du 17 au 23 juin**  
**Istanbul - Turquie**





## LE MOT DU PRÉSIDENT

*L'apnée, l'équipe de France, une formidable épopée...*

*Telles les saisons qui défilent, nos calendriers internationaux nous rappellent les espoirs et la confiance que nous mettons dans nos magnifiques équipes de France.*

*La sélection réalisée pour ces championnats en Turquie, le renouveau et les jeunes talents qui viennent épauler les championnes et champions aguerris, l'espoir tricolore : voilà une vibration qui déjà se répand.*

*La FFESSM toute entière est derrière nos athlètes pour que le meilleur soit.*

*Nous sommes avec vous.*

**Jean-Louis Blanchard - Président de la FFESSM**

## AMBITIONS 2019

Emmenée par ses leaders actuels, Guillaume BOURDILA, champion du monde en titre d'apnée dynamique sans palmes, détenteur du record du monde de l'épreuve avec plus de 206 mètres, et Eric MARCHAL, vice-champion du monde en apnée statique, l'équipe de France « piscine » part pour le prochain championnat d'Europe 2019 avec de réelles ambitions de médailles.

À leurs côtés, trois piliers : Magalie SITERRE vice-championne du Monde en apnée statique, détentrice du tout nouveau record de France en dynamique bi-palmes en passant la distance mythique des 200 m, Frédérique CORDIER, championne de France en titre en dynamique sans palmes et Béatrice DEL NEGRO médaillée de bronze au dernier championnat du Monde.

Ce « club des 5 » aura pour mission d'impulser une dynamique de gagne à un collectif de 9 athlètes dont, c'est inédit, 7 féminines.

4 sportifs vivront leur première sélection internationale :

En apnée statique : la nouvelle championne de France Sylvie GILSON et la vice-championne de France Catherine GLON, qui ont toutes deux passé la barre des 7 minutes cette saison s'aligneront aux côtés de Béatrice DEL NEGRO

En dynamique : Florie VIDBERG a fait la démonstration tout au long de la saison de son potentiel. Sa progression constante fait qu'elle peut jouer une place dans les 5 en « sans palme » et en « monopalme ». Enfin, la jeune Joanna BOURRIEN confirme son statut de relève avec une superbe marque à plus de 150 mètres en sans palme lors du dernier championnat de France. L'espoir d'une finale européenne est des plus réaliste !

Ces nouvelles membres de l'équipe ont la capacité de venir jouer les « trouble-fêtes » et devraient très facilement s'intégrer à cette équipe marquée par une grande cohésion de groupe. Le vécu international de nos champions est un atout certain pour concurrencer les grandes nations. Au-delà des objectifs sportifs individuels clairement identifiés et l'ambition de finir dans le top « 4 » des Nations, ce championnat d'Europe est une étape nécessaire pour préparer toujours et encore, l'avenir et le renouveau de l'apnée française.

**Christian Vogler et Arnaud Ponche - Entraîneurs de l'équipe de France**

# PRÉSENTATION DES ÉPREUVES

## L'APNÉE STATIQUE

Elle consiste à retenir le plus longtemps possible sa respiration. Pratiquée généralement en surface, en position allongée, elle permet de travailler le relâchement, les sensations, la concentration. La pratique de l'apnée statique contribue à l'amélioration de l'apnée dans toutes les disciplines.

*Record du monde (bassin 50m) : femme : 8'53"15, homme : 10'39.*

## L'APNÉE DYNAMIQUE (3 ÉPREUVES)

Elle consiste à parcourir à l'horizontal, en bi palmes ou en monopalmes ou sans palmes, la plus longue distance possible sans limite de temps. La pratique de l'apnée dynamique permet de développer la capacité de gérer la glisse et l'économie de mouvement.

*Record du monde sans palmes : femme : 171,22 m, homme : 206,26 m.*

*Record du monde monopalmes : femme : 250,00 m, homme : 300,00 m.*

*Record du monde Bi palmes : femme : 221,07 m, homme : 258,00 m.*

## LE 100 M APNÉE

Cette épreuve de sprint endurance consiste à parcourir 100 m en apnée, le plus rapidement possible en monopalmes.

*Record du monde (piscine 50 m) : femme : 35'86, homme : 30'60.*

## LE 16 X 50 M APNÉE

Cette épreuve de sprint endurance consiste à couvrir 16 longueurs de piscine de 50 m en apnée en un minimum de temps. Le nageur peut respirer et récupérer sans limite de temps après chaque longueur de 50 m.

*Record du monde : femme : 11'20"209, homme : 9'34"27.*

## ATHLÈTES SÉLECTIONNÉS

### HOMMES

#### STATIQUE



**MARCHAL Eric** (1967)  
Nancy Sports Subaquatiques - Grand Est

#### DYNAMIQUE



**BOURDILA Guillaume** (1994)  
Toulouse métropole palme - Occitanie

### FEMMES

#### STATIQUE



**DEL NEGRO Béatrice** (1967)  
Club International d'Apnée Hyérois  
Région Sud



**GILSON Sylvie** (1968)  
Centre Actv. Sub. Versailles  
Ile-de-France



**GLON Catherine** (1971)  
Association Sub. Sarcelles  
Ile-de-France

#### DYNAMIQUE



**BOURRIEN Joana** (1999)  
Orca club - Région Sud



**CORDIER Frédérique** (1973)  
Club plongée du Loup Pendu  
AURA



**SITTERRE Magalie** (1981)  
Club de plongée S/M d'Arras  
Hauts-de-France



**VIDBERG Florie** (1986)  
Besancon Université club  
Bourgogne-Franche-Comté



## PROGRAMME

### Lundi 17 juin

17h30 : Arrivée et installation des Délégations,  
contrôle documents et délivrance accréditations.

### Mardi 18 juin

09h00 - 15h00 : Entraînement.  
18h00 - 19h30 : Cérémonie d'ouverture.

### Mercredi 19 juin

09h00 - 12h00 : Entraînement.  
14H00 - 18h00 : Championnat d'Europe apnée dynamique  
sans palme.  
18H30 - 19H00 : Cérémonie et remise des Prix.

### Jeudi 20 juin

08h30 - 12h30 : Championnat d'Europe d'apnée statique.  
14H30 - 16H30 : Championnat d'Europe d'apnée Endurance  
8x50 m.  
18H30 - 19h00 : Cérémonie et remise des Prix.

### Vendredi 15 juin

08h30 - 13H00 : Championnat d'Europe d'apnée dynamique  
avec bi-palmes.  
14H30 - 16H30 : Championnat d'Europe de sprint 100 m.  
18H30 - 19H00 : Cérémonie et remise des Prix.

### Samedi 16 juin

08h30 - 13H00 : Championnat d'Europe d'apnée dynamique  
avec monopalme.  
15H30 - 18H00 : Championnat d'Europe d'apnée Endurance  
16x50 m.  
18h30 - 19H30 : Cérémonie et remise des Prix.  
21h00 - 24h00 : Fête finale.

## ENCADREMENT

- **Chef de délégation** : Richard THOMAS
- **Entraîneur Équipe de France** : Christian VOGLER - christian.vogler67@gmail.com
- **Ostéopathe** : Kévin PROVENZANI

## CONTACTS

- **Président de la FfESSM** : Jean-Louis BLANCHARD - president@ffessm.fr
- **Président commission nationale Apnée** : Thierry BERTRAND - thiery.bertrand@wanadoo.fr
- **Directeur Technique National** : Richard THOMAS - dtn@ffessm.fr

## ORGANISATION

<http://www.cmas.org/events/17-23.06.2019.-freediving-indoors-istanbul-tur>

**SUBAQUA**  
Revue de la FfESSM