



**SUBAQUA CLUB Persan-Beaumont**  
Piscine intercommunale de Beaumont sur Oise  
68, Boulevard Léon Blum  
95260 Beaumont sur Oise

Site Web : <http://www.scpb.org>  
Contact : [contact@scpb.org](mailto:contact@scpb.org)



Club N° 07-95-0249

## SUBINFOS N°7 - Mars / Avril 2010

### Le flash d'informations du SCPB

#### Le mot de la trésorière :

C'est le printemps... Avec les beaux jours qui arrivent et les journées qui s'allongent, cela annonce le moment de la sortie Bretagne. Enfin !! Cela nous fera le plus grand bien. Et même s'il faut traverser quelques embouteillages le vendredi, on est sûrs d'arriver car on ne prend pas l'avion !!

Arrivé à Trébeurden, je vous conseille de ne pas faire comme certains, de prévoir votre itinéraire ou un GPS ou une carte que vous aurez « forwardé \* » sur votre ordinateur de poche. Puis c'est l'arrivée à « l'écume de mer ». Là, vous serez accueilli par la gentille Joëlle qui a le courage de nous recevoir depuis quelques années.



Et le lendemain, en partant plonger, vous découvrirez cette merveilleuse côte rose de Bretagne si typique et très jolie par beau temps. Et il fait toujours beau en Bretagne ! En tous cas à chaque fois que le club s'y déplace.

C'est l'heure de se mettre à l'eau (on est venu pour ça !) Pour certains, cette sortie marquera le début d'une grande aventure avec leur première plongée en mer. La faune et la flore y sont riches. Et même en faisant le même site une grande partie du week-end, comme le Squewel, le Squewel bis et le rereSquewel, toutes les plongées sont différentes. C'est là que j'y ai vu ma première baudroie (et la seule d'ailleurs), des crustacés à tous les coins de rochers ou des St Jacques qui fuyaient Jacques sur le sable... J'y ai vu aussi des raies, des sèches, des syngnathes et des roses des sables. Et tout ça en seulement un week-end!

Et puis il y a l'après plongée. C'est un moment privilégié pour faire connaissance avec tous, partager ses expériences, impressions et fous rires. Bref, c'est une totale détente pendant toute la sortie. Et même s'il faut encore traverser quelques embouteillages au retour, on est toujours sûrs d'arriver (on ne prend toujours pas l'avion) et on a la tête plein de bons souvenirs en se disant « vivement l'année prochaine ! ».

Laure

\*Transférer

#### Le groupe des niveaux 3

C'est bien là le groupe le plus hétérogène du club (environ 30 personnes sans compter le mannequin) car il y a bien sûr ceux qui préparent leur niveau 3, d'ailleurs, sur la photo, certains absents étaient au RIFAP, d'autres qui ne font que de l'entretien de leur niveau (très important pour être toujours au TOP lors des sorties). On y trouve également les préparations Niveaux 4 et sur la photo, on y voit même Daniel, notre vétérinaire masculin qui en temps normal, passe plus de temps dans le local matériel que dans l'eau.



## Dimanche 25 Avril : Premières bulles de la saison à St Leu d'Esserent

Première sortie club pour les niveaux 1, l'étang de St Leu d'Esserent est un lieu sympa pour faire ses premières bulles en milieu naturel, essayer son matériel tout neuf et enfin mettre à profit tout ce qui a été appris en piscine. Cerise sur le gâteau, certaines palanquées ont eu la chance de croiser quelques beaux spécimens de carpes ou de sandres.

Ceux qui préparent leur niveau 2 ont pu réaliser leurs épreuves de nage et de capelé avant leur plongée. Il ne leur reste plus qu'à finaliser l'examen en Espagne. On leur souhaite bonne chance pour la suite !

Les aspirants aux niveaux 3 et 4 ont dû faire marcher leurs méninges, interrogés par Fabien sur la manière d'organiser une plongée, avant de se mettre à l'eau. Puis ils ont pu s'entraîner aux épreuves qui les attendent dans quelques mois. Bon courage à eux également...

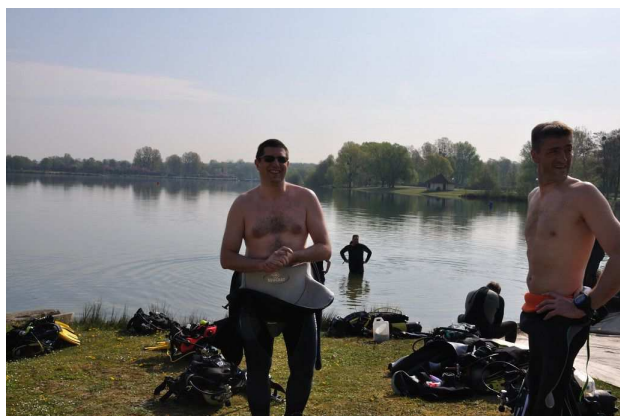
D'autres palanquées de plongeurs autonomes ont pu s'exercer à l'orientation. Bref, tout le monde y a trouvé son compte.

Après toutes ces réjouissances, les estomacs criaient famine. C'est dans la bonne humeur que chacun s'est attablé, profitant des talents culinaires de son voisin.

En résumé : une eau à 15 °C, un beau soleil presque toute la journée, une bonne ambiance ...Que demander de plus ? On reviendra le 16 mai pour de nouveau partager ce moment convivial !

PS : Nous remercions les responsables du club nautique qui nous accueille comme chaque année. Ceux-ci ayant effectué un sérieux nettoyage des berges de l'étang, nous avons également apprécié la mise à l'eau, bien plus aisée qu'avant.

*Prochaine St Leu, le dimanche 16 mai, avec, on comme toujours beau temps, bonne humeur et BBQ ...*



### Vie du Club :

Sortie Estartit : Un peu de stress pour les organisateurs avec le Volcan et les restrictions d'avion, mais finalement, tout est rentré dans l'ordre et nous souhaitons aux 36 participants un agréable séjour.

Sortie Trébeurden : 42 inscrits pour le moment, dont 8 accompagnants et 5 NITROX.

Film OCEANS : 78 personnes ont assisté à la projection du film OCEANS le 14 mars.

Egypte : Votre club organise un séjour en Egypte en Octobre avec pour le moment 12 inscrits.

Niveaux 1 : Toutes nos félicitations aux candidats, on leur souhaite de très belles plongées à venir.

Descente de l'Oise : Compte rendu dans le prochain N° de SUBINFOS.

RIFAP : Merci à François & Patrick pour les sessions de recyclage et les stages RIFAP.

## Le BROCHET, un redoutable prédateur :



Avec un peu de chance, vous pourrez rencontrer un brochet à St Leu d'Esserent. Il y en a de très beaux spécimens et ces poissons se laissent facilement approcher.

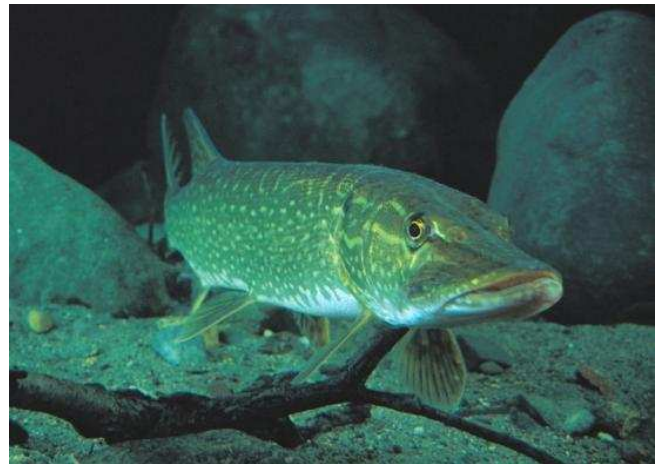
Ce carnassier généralement verdâtre ou jaunâtre présente une gueule très caractéristique : longue, aplatie, et dotée de dents pointues et crochues. **Sa taille varie de 50 à 120 cm et son poids entre 2 et 10 kg** (des individus de plus de 150 cm et de plus de 20 kg existent mais sont assez rares).

Adulte, il affectionne les rivières à courant lent, les bras morts, les fleuves, les étangs et les lacs. Les jeunes sujets préfèrent les courants rapides où ils trouvent leur nourriture.

L'alimentation du brochet évolue avec l'âge. Il commence par se nourrir de zooplanctons et d'insectes lorsqu'il est alevin (30 mm). Adulte, c'est un **chasseur sédentaire et solitaire**. Il **se nourrit de poissons vivants, malades ou morts** (gardons, brèmes, perches, truites et même brochetons), mais ne dédaigne pas quelques extras (**écrevisse, grenouille, caneton, poule d'eau, rongeur...**). C'est un poisson qui chasse en embuscade ; il se camoufle dans les herbes aquatiques ou se confond avec des branchages immergés, et attend qu'une proie passe à sa portée. La **taille de ses proies peut être aussi grande que le tiers ou la moitié de sa propre taille**.

La **période de frai se produit de février à avril** (eau entre 5 et 12 °C). La femelle pond entre 3 000 et 600 000 œufs ambre clair de 2,5 à 3,0 mm, déposés dans les herbiers situés près des berges.

Le **brochet peut vivre plus de 20 ans**. Cependant, les **populations de brochets sont en régression** en raison de la surpêche, de la pollution, de la destruction des habitats mais surtout à cause du manque de prairies inondables où il se reproduit, et de la mauvaise gestion du niveau d'eau sur ces frayères.



## Trucs & Astuces :

**Pour enfiler sa combi** : On voit tellement de plongeurs se démener comme de beaux diables pour rentrer dans leur combi (surtout si elle est humide, ou si les "fêtes de fin d'année ont fait rétrécir le néoprène") alors qu'une petite bouteille d'eau savonneuse (de l'eau et du gel douche) ferait si bien glisser tout ça...

En plus si vous pensez à mettre de l'eau chaude, c'est encore mieux quand il fait un peu frais.

Attention cependant à ne pas trop mettre de savon (quelques gouttes suffisent), et à ne pas en mettre partout sur le pont sinon, gare à la glissade... D'autres utilisent également un sac plastique pour enfiler bras et jambes.

**Palmes** : Pensez à personnaliser vos palmes, elles se ressemblent toutes. Quitte à les personnaliser, faites-le sous la voilure, c'est plus beau, et c'est le dessous que l'on voit quand vous nagez. Cela permettra à votre binôme de vous retrouver quand 2 palanquées se mélangent. Moi, j'ai marqué mon prénom en gros mais certains utilisent des symboles comme par exemple, un carré jaune fluo, discret mais efficace. Pensez juste à repérer les bonnes palmes avant de partir. L'autre avantage est de retrouver rapidement ses palmes sur le bateau lorsque tout le monde s'équipe ou sort de l'eau.

## Conseils utiles : la Checklist avant de partir :

Comme avant tout départ en vacances, on essaie de penser à tout mais on a toujours peur d'oublier « le truc » indispensable, voilà donc des idées de Checklist. Vous pouvez vous faire une Checklist commune et d'autres extensions par rapport aux différents types de séjours (ex : Sortie club en voiture, mer chaude, avion...). Ceci n'est qu'une série d'idées et vous devrez vous faire et adapter votre propre liste.

### Checklist commune :

#### Papiers :

- Licence FFESSM valide et à jour
- Carte CMAS de niveau
- Certificat médical valide
- Carnet de plongée + passeport de plongée
- Carte d'identité ou passeport pour l'étranger

#### Matériel & équipement :

- Maillots de bain (2x)
- Souris ou lycra (2x)
- Combinaison + Cagoule
- Gants, Palmes et Chaussons
- Masque (2x) et tuba
- Couteau, Tables de plongée (dans Gilet)
- Ceinture de plombs
- Plombs (si sortie Club en voiture !)
- Parachute de palier (avec son plomb)
- Ordinateur de plongée (+ interface si besoin)
- Gilet Stab + poches à plombs
- Détendeurs avec flexibles en bon état
- Phare de plongée avec son chargeur
- Ampoule de rechange pour phare
- Lampe Flash (+ lampe de secours si plongée de nuit)
- T-Shirt du club

#### Petit matériel utile :

- Corde, mousquetons...
- Joints divers
- Graisse silicone
- Clé halène pour DIN
- Sac filet pour transport matériel sur bateau
- Outils & pièces de rechange (ex : sangle de masque et de palmes)
- Cintres Scubapro (2x) pour Stab & Combi
- Médicament Mer Calme ou Nautamine

#### Sur le bateau :

- Sac étanche pour serviette & affaires (ex : Tél)
- Bouteille d'eau (& pom'pote)
- Barre de céréales
- Audispray pour nettoyage des oreilles (si sensible)
- Cartes CMAS & Licence

#### Avion :

- Enlever ampoule du phare (risque incendie)
- Ordinateur à conserver avec soi (pas en soute)

Bon voyage et belles plongées ...

### Checklist complémentaire :

#### Divers pour toutes sorties :

- Serviette & Shampoing (si douche sur le port)
- Lunettes de soleil, Casquette
- Bonnet pour le vent sur le bateau
- Médicaments (Doliprane, Mer calme, Audispray ...)
- Crème solaire & après soleil
- Bouilles Quies pour passer une bonne nuit !
- Appareil photo + chargeur
- Piles (Lampe ...)
- Chargeur batterie (Tél ...)
- Couteau Suisse, stylo
- Coupe vent ou KWAY pour le bateau
- Pull over, polaire avec capuche
- Apéro (prévoir mélange pour Rhum, pom'pote ...)
- Prise multiple (phare, tel ...)
- Adaptateur secteur pays
- Lampe frontale

#### Belgique :

- Bâche plastique pour se changer sur le parking.
- Sac plastique pour combinaison mouillée.
- Lampe de secours (pas de recharge possible).
- 2<sup>ème</sup> combi & affaires sèches.
- Plombs et bloc gonflé (vérifier pression avant départ)

#### Plongée sous glace :

- Paire de chaussettes (2x), Gants 5mm
- Serviettes + peignoir
- Bonnet pour l'après plongée
- Pelle pour faire le trou dans la glace
- Corde jaune & mousquetons (ligne de vie)
- Couverture de sol
- Café chaud & pom'pote

