

FCIL Formation préparatoire aux métiers de plongeur de bord et plongeur démineur de la Marine Nationale

SORTIE NAVIGATION - PLONGEE

TOULON – CALVI – GIROLATA – AJACCIO – PORT CROS – TOULON

Du 03 au 18 Mars 2017



I – PRESENTATION

Comme très souvent depuis la création de la formation en 2006, les années se suivent et ne se ressemblent pas. Les projets sont fonction des opportunités qui se présentent à nous, des rencontres, des échanges...

Cette sortie navigation – plongée qui clôture la formation est incontournable pour de futurs militaires, marins, plongeurs de bord et plongeurs démineurs, tant sur le plan de la plongée sous-marine que sur le plan de la navigation et de la vie en promiscuité et collectivité.

La problématique majeure cette année a résidé dans le financement de cette sortie, le fonctionnement d'utilisation du budget annuel étant modifié par rapport aux années précédentes. Les élèves devaient payer intégralement leur sortie alors que celle-ci équivaut à un stage en situation dans le cadre de leur formation...

Face à cette situation de frais non prévus par les familles, combinée à des difficultés financières pour certains élèves, le groupe a monté un projet participatif afin de récupérer les fonds nécessaires au financement. Après avoir effectué l'ensemble des démarches le projet a été retenu par le site internet « Kiss Kiss Bank Bank » et la récolte de dons a donc été lancée.



Les fonds récupérés le sont par l'association AFMS, créée en 2004 exclusivement pour cette formation, et dont sont membres élèves et moniteurs. Elle est agréée par la fédération française de plongée et à ce titre peut délivrer tous les diplômes mais aussi fournir un encadrement **bénévole** qualifié (fédéral) pour compléter l'encadrement des activités en plongée.



Un ENORME merci aux 77 donateurs qui ont permis de récolter la somme nécessaire à la réalisation de ce projet

Grâce aux dons ont été payés l'ensemble des frais des 11 élèves soit 5175 Euros

- la location des 2 voiliers pour 2 semaines
- les frais de port à Calvi et Port Cros
- les plongées
- la restauration, et une partie de l'avitaillement des bateaux
- l'essence des bateaux

Le lycée S. Weil a pris en charge la partie des professeurs (M. MARCONIS et M. RAVOISIER) et accompagnateurs bénévoles (M. FRANCOIS et M. RODIER) à équivalence du coût élève, soit 1882 Euros.

Au total cette sortie a donc coûté 7057 Euros pour 15 personnes soit 31.36 par jour et par personne (voilier et hébergement, plongée, restauration, essence).

A cela il faut rajouter les bons de transport SNCF délivrés par la Marine Nationale (le groupe a passé la semaine précédente à Toulon à l'école de plongée). Un grand merci au CIRFA de Pontoise et au PM Claudel pour les démarches.



II - OBJECTIFS DE LA SORTIE:

Navigation ::

- S'amariner
- Découvrir la navigation à la voile et les fonctions de quart
- Mettre en pratique le permis hauturier
- Appréhender la vie embarquée en collectivité.
- Appréhender le quotidien à bord d'un voilier

Plongée :

- Evoluer en plongée subaquatique dans le cadre d'un milieu naturel, et en palanquée.
- Maîtriser les techniques de plongée à l'air dans l'espace médian.
- Développer l'aisance subaquatique et affiner la stabilisation
- Appréhender les exercices pour le diplôme de scaphandrier classe 1 mention B
- Développer l'accoutumance à la profondeur 40 mètres
- Construire et gérer un briefing complet face à un public

Préparation physique :

- Préparation physique générale : footing, et renforcement musculaire
- Préparation physique spécifique : nage PMT, nage capelé, sustentation.

III - EFFECTIF

- La formation FCIL est constituée pour cette 11^{ème} promotion de 11 élèves



- En plongée subaquatique, tous les élèves sont au minimum niveau 2, validés pour certains lors du passage à l'Ecole de plongée la semaine précédant cette sortie.

- L'encadrement en plongée est assuré par des moniteurs, tous membres de l'AFMS (Association pour les Formations Maritimes et Subaquatiques).

Instructeurs:

- CC ® M.RAVOISIER, responsable de la formation lycée S. Weil, BEES 1 plongée
- R.MARCONIS, professeur EPS lycée WEIL, BEES 1 plongée
- CF® E. FRANCOIS, plongeur démineur, MF1
- C.RODIER, moniteur bénévole AFMS



Eric FRANCOIS, Michel RAVOISIER, Rémi MARCONIS, et Christian RODIER

IV – BATEAUX

Location de 2 voiliers appartenant au Centre Nautique de la Marine à Toulon (CNMT)



Diadem (au premier plan) et Aldebaran

Voiler 1

Nom : **ALDEBARAN** Année : 2012

Marque / Modèle : DUFOUR / 405 Grand large

Taille :: Longueur 12,17 m / largeur 3.98 m

Couchages : 8 Cabines : 3

Skipper : FRANCOIS Eric Second : MARCONIS Rémi

Equipage : A. Geoffroy, A. Romain, B. Augustin (« Bidou »), G. Maxence, G. Matthis, P. Odilon.

Voiler 2

Nom : **DIADEM** Année : 2014

Marque / Modèle : Beneteau / Oceanis 41

Taille :: Longueur 12,43 m / largeur 4.20 m

Couchages : 8 Cabines : 3

Skipper : RAVOISIER Michel Second : RODIER Christian

Equipage : A. Nicolas, M. Antoine, M. Arnaud, R. Antoine, T. David.

V - NAVIGATION et ESCALES



1- Toulon – CNMT



2- Calvi – Port de plaisance



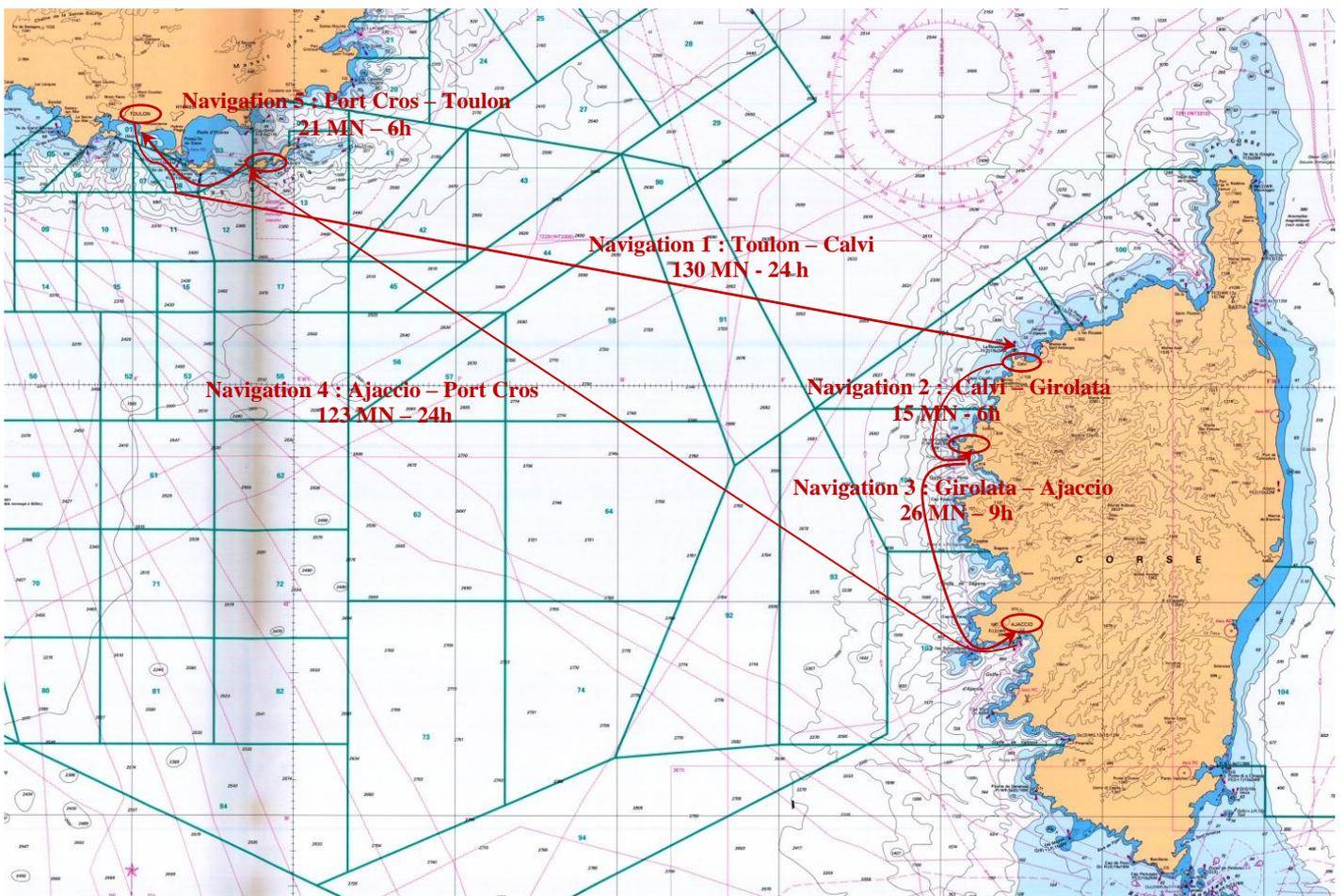
3- Girolata – Au mouillage



4- Ajaccio – Base Navale d’Aspretto



5- Port-Cros – Port de plaisance



VII –LE PERIPLE

VII.1- TOULON : récupération des bateaux et préparatifs départ

03 et 04/03



Arrivée de l'école de plongée, chargés...



Découverte des bateaux et réunion d'équipage sur l'Aldebaran



Avitaillement



Vérification des voiles (grand voile et génois) et explication du fonctionnement aux élèves



Vérification des harnais de sécurité pour la navigation.



Préparation de la navigation



Attente du départ (fenêtre météo favorable) au Club Nautique.



VII.2- Navigation TOULON – CALVI

05/03 au 06/03

Distance :	130 milles
Durée :	24h
Vent :	35 à 45 nœuds de secteur nord Est - Est
Etat de la mer :	grosse (creux 4 à 5 m)
Visibilité :	bonne
Conditions de navigation :	difficiles

Dans ce week-end de tempête une fenêtre météo s'annonce le dimanche matin et nous appareillons donc à 9h. Le trajet a été mouvementé avec beaucoup de victimes du mal de mer sur les 2 bateaux. Après 24 h de navigation nous retrouvons enfin le calme à l'entrée du port de Calvi. La nuit a été particulièrement agitée avec une houle de plus de 5mètres et des rafales de vent à plus de 45 nœuds : de quoi amariner les élèves...



Départ dans de bonnes conditions. Encore à l'abri dans la rade de Toulon



La mer est très formée et déjà certains ont un léger mal de mer qui va durer plus de 20 heures !



Après 24 heures de navigation et de grosse mer, arrivée à Calvi le lundi 16/03 au matin



Dans la baie de Calvi la houle se calme enfin. Mais les sanitaires sont en travaux donc douche au jet.





Nous avons été très chaleureusement et gracieusement reçus au 2^{ème} Régiment Parachutiste de la Légion Etrangère pour une découverte de leur base et de leurs activités. Une journée bien remplie grâce au programme concocté par l'adjudant chef Etievant que nous tenons à remercier particulièrement pour le temps qu'il nous a consacré.

Au programme :

- Récupération en minibus du groupe
- Présentation des exercices de parachutisme en simulation
- Présentation des locaux des différentes compagnies
- Visite du « musée » retraçant l'histoire complète de la Légion Etrangère.
- Repas avec le vin de la légion (à conseiller...) en accompagnement comme il est de coutume. « Le travail est dur mais la gamelle est sûre », pour tous, y compris pour les invités.
- Présentation de la zone de pliage, du pliage et stockage, et de l'atelier de réparation et de contrôle des parachutes.
- Exercices de tir au Famas en simulateur
- Présentation du club de plongée et du matériel utilisé
- Spectateurs du largage des parachutistes
- Fin de journée et retour au port en minibus

Notre escale n'était pas prévue plus longue mais il nous a été proposé de rester car un programme étoffé sur 3 jours avait initialement été prévu exclusivement pour nous : assister en réel aux sauts en parachute (embarqués avec eux), plongées entre autre sur le B17 de Calvi (épave mythique du coin), découverte du village d'entraînement, exercices de marche et course,....

Si le vent nous ramène l'an prochain vers ici, avec la 12^{ème} promotion, nous ne manquerions pas de prolonger notre séjour à Calvi. Un club de plongée militaire étant aussi basé ici comme nous l'avons découvert.



Transport et accueil



Présentation simulation de préparation des sauts



Présentation des différentes compagnies et visite de la 3^{ème} : compagnie amphibie



Histoire de la Légion et visite du musée



Une belle tablée préparée pour le groupe



Présentation de la salle de pliage des parachutes et du pliage



Exercices de tir en simulateur au Famas



Présentation du matériel de plongée



V.4- Navigation CALVI – GIROLATA

08/03

Date :	05/03 au 06/03
Distance :	15 milles
Durée :	6h
Vent :	8 à 12 nœuds de Nord – Nord Est
Etat de la mer :	très légèrement formée
Visibilité :	très bonne
Conditions de navigation :	très bonnes

Départ sous un grand soleil avec les montagnes enneigées en arrière plan. Dès la sortie du port nous sommes accompagnés par un groupe de dauphins puis 1 heure plus tard nous croisons la route de trois poissons lune (Mola-Mola) dérivant en surface. Sur le pont, la veille est de rigueur car de nombreux objets flottent parfois suite à la tempête du week-end (bouts de bois, mât de voilier, ...) et il faut éviter toute collision.



Petite réparation et départ avec les dauphins puis les poissons lune... Une bonne traversée s'annonce !

VII.5- GIROLATA

08/03 au 09/03



Arrivée à Girolata.





Nos bateaux au mouillage dans la baie



Séquence palmage et apnée



Petite entrée avec des oursins, c'est encore la saison. Découverte culinaire pour certains

VII.6- Navigation GIROLATA – AJACCIO pointe d'ASPETTO

09/03

Distance :	15 milles
Durée :	6h
Vent :	4 à 8 nœuds de secteur Sud ouest
Etat de la mer :	calme
Visibilité :	très bonne
Conditions de navigation :	très bonnes

Un vent faible mais qui a tout de même permis de naviguer principalement à la voile, mais en tirant des bords et à petite vitesse. Passage au moteur à partir de la passe des îles sanguinaires et jusqu'au fond de la baie d' Ajaccio (Aspetto).



Navigation peu agitée et repas sur le pont possible pour tous avant le passage des îles Sanguinaires.

VII.7- AJACCIO

09/03 au 14/03

V.7.1 Base Navale

Arrivée le jeudi soir et nous avons été confinés dans les bateaux car un gros exercice de nuit était prévu, auquel nous avons pu en partie assister du pont des bateaux.

Puis le fonctionnement a été compliqué dès le lendemain.

L'emplacement des voiliers était peu adapté car de grosses difficultés pour charger en eau et alimenter en électricité (on nous a dépanné d'une rallonge... mais au final hors service) ce qui impliquait l'impossibilité de nous doucher et d'économiser les batteries.

Le weekend nous avons un programme chargé de travail: course à pied et préparation physique, plongées, cours Nitrox, préparation et réalisation briefings plongée, révision permis hauturier... Malheureusement les entrées et sorties de la base étaient tellement restreintes et contraignantes que nous n'avons pas pu réaliser le programme souhaité. La salle de cours n'a même pas été accessible le soir. Nous en avons eu l'autorisation que le lundi soit la veille du départ anticipé.



Départ pour le footing matinal lorsque les grilles de la base étaient ouvertes assez tôt...



Séries de pompes et abdominaux régulières



Lessive sur le pont.



Avant le départ, mot du CV Remy, commandant de la Base Navale

- Révision du permis hauturier, épreuves de carte. Malheureusement suite a des difficultés liées à l'accès, la salle de cours n'a été accessible qu'une fois alors que quatre séances étaient initialement prévues.



VII.7.2 Restauration Gendarmerie

La restauration a été effectuée à la gendarmerie d'Aspretto compte tenu de la différence de tarif avec ce qui nous était proposé à la Base navale. La restauration proposée a été **facturée 11,00 Euros** par jour et par personne (1,00 euro le petit déjeuner et 5,00 Euros par repas), alors que les **tarifs proposés s'élevaient à 28,00 Euros à la base navale** pour le même service.

Un grand merci pour l'accueil des gendarmes et plus particulièrement à l'adjudant Thieron.

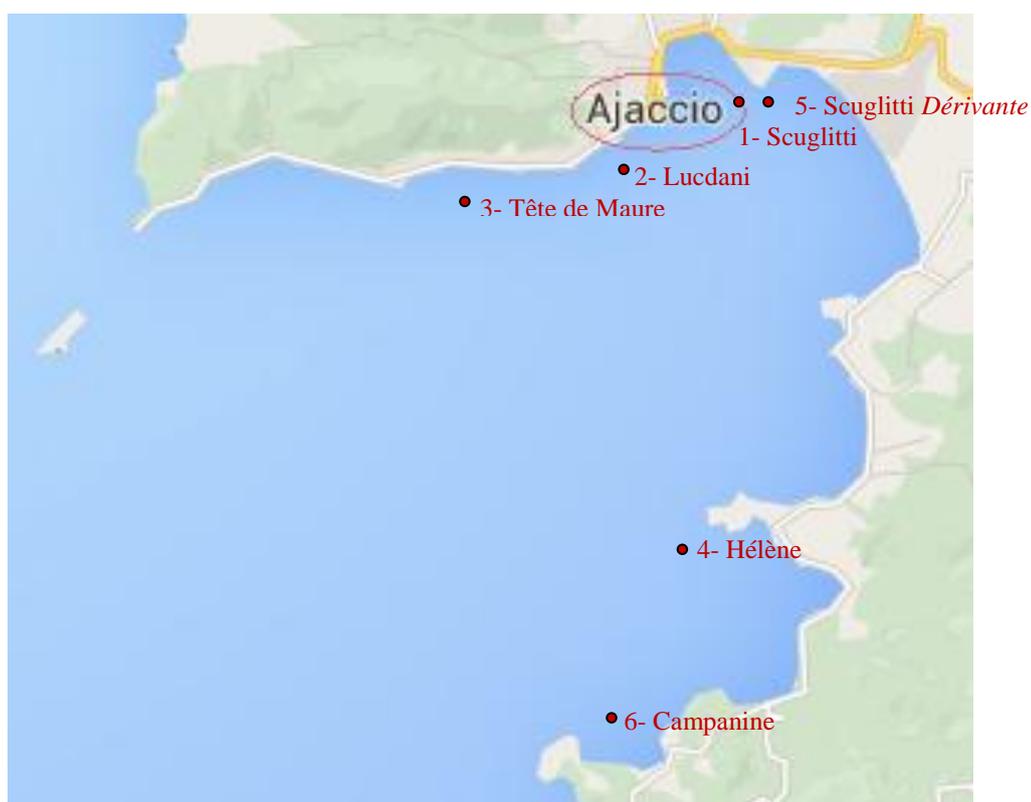
VII.7.3 Plongée CSLG gendarmerie



Deux responsables du club, pilotes et accompagnateurs que nous remercions des plus chaleureusement pour leur dynamisme et l'accueil qu'ils nous ont réservé. : Luc et Dany. Un grand merci également à Stéphane R. Président de section pour sa présence régulière et l'attention qu'il a porté à la qualité de l'accueil au sein du CSLG.

- Programme des plongées réalisées

N°	Date	Site plongée	Profondeur maximum	Durée travail maximum	Décompression	Paliers
1	Vendredi 10/03	Scuglitti	30	20'	Tables	2'/3m
2	Samedi 11/03	Lucdani	35	20'	Tables	5'/3m
3	Dimanche 12/03	Tête de Maure	40	15'	Tables	4'/3m
4	Lundi 13/03	Hélène	40	40'	Ordinateurs	
5	Lundi 13/03	Scuglitti en « dérivante »	25			
6	Mardi 14/03	Campanine	40			



- **Récupération du matériel** fourni par le club (gilets, blocs et plombs) et vérification de tout son matériel personnel

- **Exercices de briefings**

Tous les élèves endossent le rôle de directeur de plongée et doivent préparer (la veille au soir) puis présenter avant chaque sortie un briefing complet concernant la plongée qui va être réalisée. Les indications majeures sont auparavant données aux élèves pour construire cette présentation : site de plongée, profondeur et durée de travail, configuration du site, palanquées...

Les élèves doivent présenter l'ensemble des données permettant de réaliser la plongée dans les meilleures conditions, en précisant les points importants liés à la sécurité. Charge à eux de déterminer le matériel de sécurité nécessaire à la réalisation de la plongée, et à s'assurer que le matériel est effectivement prêt et chargé avant le départ.

Le briefing doit aussi comprendre toute la partie organisationnelle avec attribution des tâches à effectuer pour chacun de manière chronologique : ordre de chargement des scaphandres sur le bateau, pilote du bateau, responsable du mouillage (préparation et mise à l'eau), ordre de mises à l'eau des palanquées, rôles de directeur de plongée, responsable parachute de palier pour chaque palanquée.....



La correction et les remarques concernant la présentation réalisée sont faites dès la fin du briefing .
Moniteurs et élèves posent leurs questions et donnent leur opinion sur les points à améliorer.



Remplissage feuille de palanquée

- Préparation du matériel

Le matériel doit être entretenu et contrôlé avant et après chaque plongée. Les élèves doivent s'habituer à avoir une grande rigueur par rapport à leur matériel personnel, qui sera leur outil de travail dans le futur en tant que plongeur dans la Marine

D'une importance majeure pour la sécurité car toutes les plongées sont réalisées à plus de 30 mètres (jusqu'à -40 m) : contrôle de la pression, des joints toriques, des détendeurs et inflateur, sangles,..



- Chargement du bateau de plongée et départ plongée

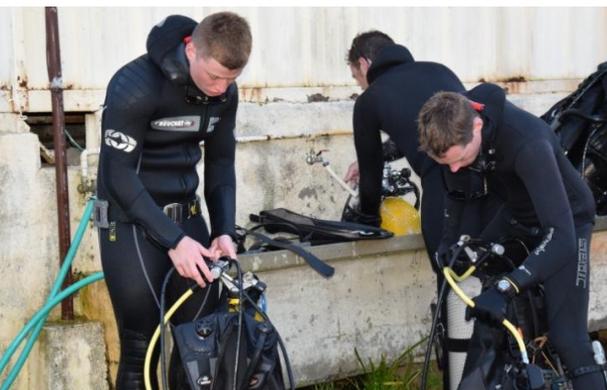
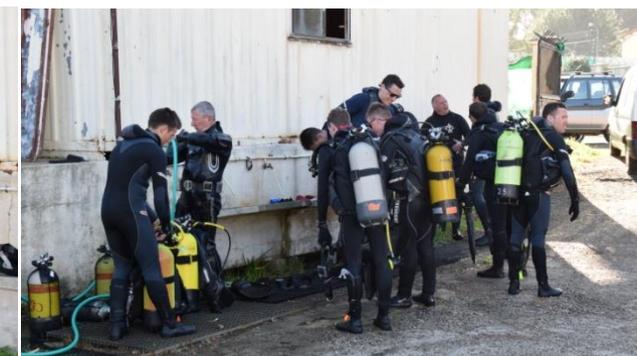


- Mise à l'eau et plongée



- Retour au club mais tout n'est pas fini, il faut encore

- décharger et dégréer le zodiac
- rincer puis mettre à égoutter le matériel avant de le stocker
- rinçage au jet d'eau (très) froide à défaut de douches au centre et à la base navale...
- gonfler les bouteilles pour la plongée suivante
- débriefer la plongée réalisée





Seules douches du séjour, au jet d'eau froide dans la cour du club...

- Pot de départ

Le Mardi midi, après la dernière plongée, les membres du CSLG nous ont concocté un petit pot de départ. Après le mot du président et de Luc et Dany, nous nous voyons remettre une plaque souvenir de notre passage au club. Les responsables semblent avoir particulièrement apprécié le groupe et l'état d'esprit dont les élèves ont fait preuve au cours de ces quelques jours.

Nous laissons au « Bidou » (le plus jeune des élèves), le soin de s'exprimer à son tour et de remercier chaleureusement l'ensemble des membres du CSLG, au nom du groupe.



V.8- Navigation AJACCIO – PORT CROS

14/03 au 15/03

Distance :	15 milles
Durée :	6h
Vent :	6 à 9 nœuds Est – Sud Est
Etat de la mer :	très légèrement formée
Visibilité :	très bonne
Conditions de navigation :	très bonnes

Vent très faible donc une grande partie de la traversée s’est faite au moteur, en conservant la grand voile en complément. Un retour sur le continent très calme et totalement opposé aux conditions rencontrées à l’aller.



V.9-PORT CROS

15/03 au 17/03



Arrivé au port de Port Cros vers 15h00 ce qui a permis de réaliser une bonne séance d’apnée et nage, puis une longue sortie en course à pied (type fartlek) au coucher de soleil. Deux bonnes activités après presque 24 heures de traversée.



Petite séance de palmage et apnée à notre arrivée à Port Cros.



Même si la saison n'a pas commencé, Roxane du club Sun odyssee de Port-Cros a ouvert exceptionnellement une journée pour nous accueillir et nous permettre de réaliser deux magnifiques plongées pour clôturer ce périple. Un grand merci pour l'accueil chaleureux.



Préparation et vérification du matériel.

<i>N°</i>	<i>Date</i>	<i>Site plongée</i>	<i>Profondeur maximum</i>	<i>Durée</i>	<i>Décompression</i>	<i>Palier</i>
1	Jeudi 16/03 Matin	La pointe du vaisseau	40	40'	Ordinateurs	5'/3m
2	Jeudi 16/03 Après-midi	La Gabinière (<i>Dérivante</i>)	32	45'		5'/3m





V.9-Navigation PORT CROS – TOULON

17/03

<i>Distance :</i>	15 milles
<i>Durée :</i>	6h
<i>Vent :</i>	10 à 17 nœuds de secteur Est
<i>Etat de la mer :</i>	très légèrement formée
<i>Visibilité :</i>	très bonne
<i>Conditions de navigation :</i>	bonnes

Dernière Navigation avec un vent assez fort peu favorable à la progression vers Toulon.

V.9-Rangement et RESTITUTION DES VOILIERS

18/03

Rangement, nettoyage, et inventaire des voiliers. Puis restitution le Samedi 18/03.

VII - BILAN GÉNÉRAL

Au cours de cette sortie, il a été réalisé en exercices :

- **68 heures et 315 Milles Nautique de NAVIGATION dans toutes conditions**
- **112 PLONGÉES** en milieu naturel
- **TRAVAIL** de mise en place du parachute de relevage et **RELEVAGE**
- **TRAVAIL D'ORIENTATION** subaquatique
- **ACCOUTUMANCE** a la **PROFONDEUR** : plongée 40 mètres
- **COMPORTEMENT EN PALANQUEE** dans l'espace médian
- **TRAVAIL** du **ROLE** de « **DIRECTEUR de PLONGEE**»
- **CONDUITE** bateau plongée : mise en **APLLICATION** du **PERMIS COTIER**
- **SORTIES** en **COURSE à PIED** et **TRAVAIL PHYSIQUE**
- **TRAVAIL DU PERMIS HAUTURIER**

VII - REMERCIEMENTS

Encore un très grand merci à tous ceux déjà cités sans qui cette initiative aurait été impossible et n'aurait pas été aussi riche, et particulièrement à **Kiss Kiss Bank bank et 77 donateurs**, à l'ensemble des membres du **CSLG d'Ajaccio** et la **gendarmerie d'Ajaccio**, au **2^{ème} REP de Calvi**.

Merci également au **CNMT**, à **Sun Odyssée plongée**, au **CIRFA de Pontoise**, à base navale d'Ajaccio pour nous avoir permis de mettre les voiliers à quai, au **Houilles Athletic Club** et au **Crédit Agricole** pour leur soutien à l'**AFMS** et donc au projet.



Bilan réalisé par Rémi MARCONIS
Lycée S. WEIL - 78700 Conflans Ste Honorine
Professeur EPS - BEES 1 plongée subaquatique

