

FICHE DE SORTIE

DESIGNATION DE LA CAVITE : Journées Initiation Hydrospeed

Date de sortie : 31/03, 1/04

Durée : 2j

Nom du responsable :

Participants : Ph BONNET - JP Vergnon - Verlhac L Stefani
B Valle - JP Dumont E Lambardou - JJ Coustois
G Touhat F Mauvais - P Taveira

REALISATIONS / "Mini" Stage hydrospeed sur 1 WE
 faisant suite au stage d'1 semaine auquel ont
 participé Jean Pierre vergnon - Pascal Taveira et Valérie Verlhac
 Samedi :

2 descentes sur le Tavignano : des oliviers au
 camping l'ornelle (chez Milton) le matin - du
 barrage au bout du cône ou du saut du
 cure au pont sur la route d'Aléria. l'après
 midi - Participation de 2 formateurs dont
 Jean Pierre Ascheri instructeur national FFESSM.
 Golo le dimanche en "libre".

Un bout de bois mûr au flotteur dynamique
 (cad, en mouvement) ou "comment ne pas
 flotter idiot" tel pourrait être le résumé
 de ces deux journées - Techniques de base :
 Changement de direction - Stop - reprise de
 courant - Dangers de l'eau vive et communication

(signes, qui sont d'ailleurs ceux de la plongée, d'ailleurs, Palanqué, chef de Palanqué - sœur fille, tout ça c'est du vocabulaire de plongeur.).

Une bonne prise de contact, appréciée d'une manière générale par tout le monde, et qui sera sans doute suivie d'autres sorties dans cette optique et prévue la naissance d'un commission "nage en eau vive" dans le cadre de la commission régionale FFESSM. (puisque cette activité, on le rappelle est rattachée à cette fédération).