

Présentation du club

Publié mar, 04/09/2018 - 19:04

MAJ en cours...

Le club "La coulée douce" est un [Club associatif](#) loi 1901 affilié à la FFESSM et [fondé en 1987](#). Il forme les plongeurs du niveau I au niveau IV. Il prépare aussi les initiateurs et MF1. Les explorations se font sur les différents sites du lac d'Annecy et des sorties sont organisées en Méditerranée et dans les mers chaudes. Le club est situé à Sevrier au bord du lac d'Annecy.



 [S'inscrire au club](#)

 [Le club en quelques chiffres](#)

 [Plan d'accès](#)

Le lac d'Annecy bénéficie d'une visibilité correcte après 15 m en été et à partir de 0 m en hiver. Les plongées sont variées : tombants, épaves, herbiers. La plongée en lac a quelques caractéristiques particulières par rapport aux plongées en mers tempérées :

- Visibilité réduite principalement de la surface à 15 m en été (la chaleur provoque le développement de phytoplancton puis de zooplancton).
- A 40m, la lumière est très faible (nécessité absolue d'un bon éclairage de 20W mini) mais avec une bonne visibilité.
- Matériel adapté au froid, en particulier les détenteurs qui peuvent givrer
- Protection contre le froid (gants, combinaison adaptée)
- Condition physique surtout en été (la température de l'air est de 25° et celle de l'eau à 40m est de 4 °C)
- L'eau étant moins porteuse, le lestage doit être adapté (dans le sens de la réduction)
- Condition psychologique par rapport au milieu ambiant : froid, obscurité.

Il est donc nécessaire de prévoir des plongées d'adaptation avec un encadrement permettant de sensibiliser et de former aux spécificités et précautions pour une plongée en lac en toute sécurité. Les explorations se font sur différents sites du lac :

- l'épave du France
- le tombant du roc de Chère
- le Pain de sucre
- le Roselet
- les herbiers

elles ont lieu le mercredi soir et le samedi après-midi d'avril à octobre à partir du local du club. En hiver, le club dispose de lignes d'eau à la piscine de Seynod pour les entraînements, les formations et le maintien de la condition physique.

En liaison avec la commune de Sevrier, le club propose des baptêmes le samedi après-midi pendant les mois de juillet et d'août, c'est le moment de goûter le plaisir de se mouvoir en



Présentation du club

(<http://couleedouce.fr>)

trois dimensions et d'observer les herbiers et leurs hôtes : perches, écrevisses... Si le baptême vous donne l'envie de prolonger l'exploration du milieu aquatique, il est possible de s'inscrire pour entamer une formation conduisant progressivement à l'autonomie :

- Baptême : plongée d' 1/4 h à 5-6 mètres
- Niveau I : profondeur limitée à 20 m, accompagné d'un plongeur au minimum niveau IV.
- Niveau II : profondeur limitée à 40m, accompagné d'un plongeur au minimum niveau IV dans la zone des 20-40 m
- Niveau III : profondeur limitée à 60 m



Attention : les indications ci-dessus permettent de se donner une idée des possibilités d'évolution d'un plongeur en fonction de sa formation, d'autres mesures de sécurité doivent être prises (ne jamais plonger seul, disposer du matériel de sécurité ...). Les formations niveau I et II sont organisées tous les ans, se renseigner auprès du club pour connaître le calendrier de formation.

Le club met à la disposition des adhérents trois bateaux ainsi que le matériel nécessaire à la plongée, ce qui permet aux débutants de tester l'équipement qui lui est le mieux adapté avant de faire l'acquisition de son propre matériel.

Contacts :

- La Coulée Douce - 241 route du port - 74320 Sevrier
- Tél : 04 50 52 49 20 (mercredi soir et samedi après-midi) ou couleedouce@gmail.com

SIRET : 44764252100028

TVA : FR17447642521

RNA : W741000400

Code APE : 913E

- Rubrique:
 - [Vie du club](#)