



Comité Spéléologique d'Île-de-France

Association agréée par le Ministère de la Jeunesse et des Sports

COMITÉ RÉGIONAL DE LA FÉDÉRATION FRANÇAISE DE SPÉLÉOLOGIE

STAGE RÉGIONAL ÎLE DE FRANCE INITIATION A LA PLONGÉE SOUTERRAINE

CHATILLON sur SEINE, JUIN 2009

COMPTE RENDU

RESPONSABLE DE STAGE : Philippe Brunet
Moniteur de plongée souterraine FFS
Président Commission Plongée Souterraine
Agrément FFS: PL2009
ph.brunet@free.fr



Comité Spéléologique d'Île-de-France

Association agréée par le Ministère de la Jeunesse et des Sports



**COMMISSION PLONGÉE SOUTERRAINE ÎLE DE FRANCE
FÉDÉRATION FRANÇAISE DE SPÉLÉOLOGIE**

STAGE RÉGIONAL ÎLE DE FRANCE INITIATION A LA PLONGÉE SOUTERRAINE

COMPTE RENDU

**CHATILLON sur SEINE,
6 et 7 juin 2009**

RESPONSABLE DE STAGE : Philippe Brunet
Agrément FFS: PL2009

SOMMAIRE

TETES DE PLONGEURS	6
LISTE DES STAGIAIRES, CADRES ET PARTICIPANTS	7
POUR RESTER INFORMÉ	8
DÉROULEMENT DU STAGE	9
LE MOT DES ENCADRANTS	18
EVALUATION DES STAGIAIRES	20
APPRECIATION DES STAGIARES	22
LA DOUXX DE CHATILLON	28
THÉORIE	25
PHILOSOPHIE AU SUJET DES BREVETS DE PRATIQUE	40
COMPTES	41

« *Vivre, c'est toujours être en danger de mort. Plonger en siphon c'est vivre intensément.* »

Jochen Hasenmayer -1977-

Le GEO TROUVETOUT de la Plongée Spéléo



Activité pour l'innovation et la recherche en technologie et équipement

Fabrication de phares sous-marin et terrestres.
Raccords pour oxygène, helium, argon, etc...
Gilet chauffant, prise étanche pour chauffage.
Purge pipi à monter sur combinaison étanche
tout ce que vous rêvez de faire faire.

AIRTESS technologie
42, rue Danton - 92500 Rueil Malmaison
SIREN N° 409612462
Fax : 01.39.57.91.48 - GSM : 06.80.14.29.21

J'exprime toute ma reconnaissance aux spéléos, qui laissent pour un temps leurs explorations afin de partager leurs connaissances et d'encadrer les plongées et qui acceptent d'abandonner leurs frais afin de rendre le stage économiquement viable.

Merci également à Philippe et Michèle de la Montagne qui nous réservent des chambres malgré un appel tardif et l'absence d'arrhes, s'adaptent rapidement à nos besoins et nous laissent disposer tout à la fois du garage et d'un séchoir optimisé.

Amicalement,

A handwritten signature in black ink, reading 'Brunet', written in a cursive style with a long horizontal stroke extending to the left.

Philippe Brunet
Responsable du stage
COSIF

Photos : Ph. Brunet, COSIF, S. Lissarague, Wallace.

Qui est qui DOUIX 2009



Wallace



Céline

Hermione



Philippe



Dark



Christophe



Théo

Clément



Fred



Serge



Renaud



Benjamin

LISTE DES PARTICIPANTS

STAGIAIRES :

Nom	Adresse	Téléphone	Mail	
Benjamin Armand				
Serge Bourdin				
Renaud Coupa				
Pierre-Henry Muller				
Edouard Tonneau				

CADRES :

Philippe Brunet	21 Rue Louis Fablet 94200 Ivry sur Seine	0683222537	ph.brunet@free.fr	Instructeur
Christophe Depin	35 rue Michelet, 92370 Chaville	0664017940	cdepin@free.fr	Moniteur
Frédéric Martin			f.martin25@aliceadsl.fr	Initiateur

ACCOMPAGNATEURS :

Céline et Hermione Muller				
Maud , Clément et Théo Martin				



POUR RESTER INFORMÉ

Réunions de la commission plongée souterraine d'Ile de France : les membres des commissions FFS n'ont pas de réunions fixes. Par contre, les journées sciences explorations en Ile de France permettent de se retrouver chaque année début décembre à Paris Salle Jean Dame pour parler spéléo et voir les films et conférences des explos de l'année.

Info Plongée : bulletin de la commission nationale de plongée souterraine FFS, 21 rue Delandine, 69 002 Lyon .

Sifon Ile de France : bulletin des Commissions Plongée Souterraine IdF FFS et FFESSM

COMMANDE DE COMPILATION

Une seule adresse ! : Philippe BRUNET - 21, rue Louis FABLET - 94200 IVRY
Chèque à l'ordre de : Commission de plongée souterraine

LES COMPILATIONS

SIFON

N°1 à 8	1988-89
N°9 à 16	1990-91
N°17 à 23	1993-94
N°24 à 29	1995-96

17 € la compil
(+15Frs de port)



SIFON

NOM, Prénom _____

Adresse _____

Ville _____ Code Postal _____

Tél personnel : _____ Tél travail : _____

E-mail : _____

Désire :

) à SIFON 1997 (N° 30 à 32)

) à SIFON 1998 (N° 33 à 35)

La compil des numéros 1 à 8

La compil des numéros 9 à 16

La compil des numéros 17 à 23

La compil des numéros 24 à 29

DÉROULEMENT DU STAGE

Ce stage avait pour but de sensibiliser des plongeurs parfaitement autonomes, aux techniques élémentaires de sécurité de la plongée souterraine. Il s'agissait d'une approche du milieu plus que d'une réelle formation qui intervient dans le stage perfectionnement. A l'issue de la formation, le plongeur aura pris conscience des particularités des siphons et en cernera les caractéristiques, afin de décider s'il s'oriente vers la plongée spéléologique.

Il a rassemblé 5 stagiaires d'Ile de France. Tous étaient licenciés FFS (4 licences initiation d'AVENS), et licenciés FFESSM. Les niveaux de plongée allaient du niveau 2 à niveau 4. 2 des stagiaires et 1 cadre étaient accompagnés de leurs femme et enfants. L'un des stagiaires était plus proche d'un perfectionnement. Spéléo, il avait déjà 2 siphons et 5 plongées souterraines à son actif.

Nous avons prévus 7 stagiaires puis 5 après le désistement d'un belge et d'un parisien. Le jeudi, en posant mes clés de voiture, je me fais un lumbago à midi 30. Je pars en déplacement quand même et envoi un mail à Frédéric Martin pour lui demander son aide. Malgré sa charge de président de la commission nationale de plongée souterraine de la FFS, qui le fait se déplacer actuellement quasi tous les week end, il accepte de venir avec femme et enfants malgré la pluie et propose de camper ! Merci à tous les quatre (du coup les jeunes ont ramené un superbe élevage d'escargots).

Merci aussi à Renaud qui n'est pas trop du matin, mais qui est passé à 7h35 à la maison pour m'aider à charger les blocs, le compresseur et le matos dans ma voiture.



LA THEORIE :

Le stage a débuté le samedi 6 juin 2009 par une revue du matériel de chaque stagiaire en plein air, sur le parking de Châtillon, à l'abri d'un arbre, sous une pluie battante. Christophe Depin et Frédéric Martin ont supervisé cette revue. Ce moment permet d'évaluer le niveau de connaissance théorique des stagiaires quant au matériel nécessaire à la plongée souterraine. Certains ont déjà plongé sous terre. Il permet de rectifier les points qui gênaient la sécurité ou nuiraient à l'efficacité du déplacement. La comparaison des solutions est toujours très intéressante. La théorie a permis à Xis de présenter brièvement aux stagiaires le matériel devant être utilisé ainsi qu'un minimum de théorie.



Il faut aussi compléter le matériel manquant à certains stagiaires. L'un des stagiaires avait choisi 2 beaux 12 litres parfaitement ré-évalués de l'année mais avec une double robinetterie. Inutilisable sous terre car la robinetterie superflue ne peut être condamnée. En s'ouvrant facilement, en frottant au plafond, le risque que la bouteille se vide est bien trop important. Un autre avait des commandes de réserve qui furent attachées. Enfin, un troisième avait un bi couplé dont le robinet d'équilibrage a été fermé. C'est donc Xis, Fred et Philippe qui prêtèrent du matériel perso (lampes, casques, détendeurs, bouteilles, instruments, dérouleurs,...).

Pendant ce temps, Philippe faisait les courses à Chatillon et avait pour mission (réussie) de trouver une grande bâche imperméable. En fait, à son retour, Philippe préféra tenter d'ouvrir l'ancien lavoir ce qui nous offrit un lieu sec, confortable et agréable pour manger, suivre la théorie et nous changer.

Philippe présenta le suivi du fil d'Ariane et le mode de gestion de la réserve d'air, qui sont les éléments les plus importants de cette approche. C'est à cela que les stagiaires doivent s'astreindre lors de leur première incursion sous terrain. Bien sur la découverte de ce milieu si différent agrémenta l'exercice.

Le samedi après midi, un point rapide sur la pose du fil d'Ariane dans les cavités a été rapidement fait à chacun par son cadre. Le soir un diaporama a montré la diversité des siphons et les différentes facettes de l'activité (voyage, exploration, photo, topographie,...).

Un complément de théorie s'est déroulé au début de la deuxième journée sur les particularités du milieu. Les discussions du soir et les échanges dans la journée ont permis une approche des valeurs fondamentales de la plongée souterraine c.a.d.

l'autonomie, l'esprit d'initiative et le respect dans la compréhension, des règles de sécurité adaptées à notre pratique. A l'issue d'un stage initiation à la plongée souterraine, le plongeur doit être capable de savoir suivre un fil d'Ariane, de détecter l'état de celui ci et de faire demi-tour en cas de soucis !



LA PRATIQUE :

Première plongée en Seine, Samedi 6 juin :

Après le solide pique-nique organisé par Philippe et un café chaud bienvenu, le stage pratique a débuté pour les stagiaires par le traditionnel parcours dans la Seine. Xis et Philippe s'exercèrent depuis la berge au lancé de fil tendu. La seine était très verte et relativement claire. C'est dans 1 m d'eau que nous avons « immergé » les stagiaires afin de tester leur aquacité, leur équilibrage et de leur faire effectuer l'exercice, utile, de suivi du fil d'Ariane et de l'échange d'embout. Cet instant privilégié



permet de juger sereinement du niveau du plongeur au delà de tout parchemin préalable. Frédéric était responsable du suivi des stagiaires.

La Seine était d'une limpidité cristalline et, incroyable, elle ne l'est pas resté longtemps pour les 5 stagiaires ! La succession lente des plongeurs facilita l'évaluation. Le bilan est globalement satisfaisant quant à l'aquacité de tous.

Relevé des plongées dans la seine.

Stagiaire	Bloc	Début	Fin	P initiale	P finale	Durée	Conso	
Renaud	10 1	13h49	13h53	190/180	170/175	4 mn	62 l/mn	Suivi du fil correct, flottabilité correct, alternance détendeur OK., déplacement rapide, Consommation forte
Wallace	12 1	13h54	14h01	190/200	180/190	7 mn	34 l/mn	Matos, alternance détendeur OK., flottabilité OK, suivi du fil trop près, conso un peu forte
Benjamin	9 1	14h06	14h08	190/180	180/170	2 mn	90 l/mn	Problème d'équilibrage, pas assez lesté, Consommation très forte,
Benjamin	9 1	14h20	14h28	180/170	160/140	8 mn	56 l/mn	Matos, équilibre OK suivi du fil correct, la conso est plus faible. Alternance détendeur incorrecte (20 bars de différence)
Serge	12 1	14h09	14h12	185/185	180/180	3 mn	40 l/mn	Déplacement hors de l'eau avec le bi moyen, équilibre correcte, se focalise sur le détendeur, suivi du fil correct, conso forte
Edouard	12 1	14h15	??	225/215	160/160			Trop pressé, détendeur trop souple (fuse), équilibre à revoir, manque de calme.

Dès cette première plongée dans la seine, des difficultés apparaissent. Le bi est lourd dehors, et très encombrant dans l'eau. L'obligation de changer d'embout, la vase qui se soulève dès qu'on touche le fond complique l'évolution. Beaucoup de chose à voir en même temps. C'est l'occasion de modifier le lestage (ou de changer de masque ;-)) .

Vous noterez que les consommations sont très différentes et globalement très fortes.

Première plongée souterraine, dans la Douix, samedi 6 juin :

Le but de la première plongée était d'aller jusqu'à la cloche située avant et au dessus du trou du hibou, afin de mettre chacun en situation. L'objectif étant de franchir une étroiture avec du courant, de suivre un fil d'Ariane qui circule dans des galeries variées (faille, laminoir, salle, puits,...) tout en alternant la respiration sur les deux scaphandres. Chaque stagiaire plonge avec un cadre. Celui ci passe derrière le stagiaire afin de se faire oublier au maximum (difficile), de laisser les initiatives à son compagnon et de pouvoir observer en permanence le déplacement et les gestes.

La malencontreuse chaîne ne peut pas être évitée puisqu'elle a envahit les moindres passages de la source. Bien sur cette élucubration n'est pas orientée (flèches vers la sortie), ce qui ajoute une faute supplémentaire à l'impossibilité de s'en défaire en cas d'accrochage. Aucun pays où le tourisme spéléonautique est de règle n'a jamais osé cette faute. Il est également regrettable que ce soit le spéléo secours français qui est installé cette erreur (horreur) plutôt que de convaincre M. Brigand (le maire) des règles usuelles de sécurité. Qui a besoin d'une chaîne ? Qui va corriger cela ? Wallace lors de sa toute première plongée, a équipé un cheminement depuis le venturi jusqu'au trou du hibou. Le trajet était correct (enfin, presque, il ne manquait que les fixations).

La règle imposée était celle du 1/5 eme ou du quart si le cadre l'indiquait (par exemple si il y avait pose de fil). La profondeur maximum de 17,7 mètres est atteinte peu après le venturi. Merci à Céline qui assura avec Hermione le secrétariat des plongées.

Stagiaire	Cadre	Bloc	Début	Sortie	P initiale	P finale	Durée	Conso l/mn	
Wallace	Xix	12 1	14h35	15h02	180/190	135/135	27 mn	25 nl/mn	Pose du fil. d'après le venturi jusqu'au trou du hibou. Le corps est trop près du fil.
Benjamin	PhB	9 1	15h00	15h36	170/160	80/90	36 mn	25 nl/mn	Pose du fil.de l'entrée au venturi par la diaclase. Remontée dans la cloche. Déséquipement du fil posé. Le corps est trop dans le fil.
Serge	Fred	12 1	15h05	15h25	180/180	140/140	20 mn	26 nl/mn	Suivi du fil, prise de contact, passage d'une faille d'accès aux cloches, à l'autre.
Renaud	Xis	10 1	15h10	15h38	170/175	130/130	28 mn	25 nl/mn	Déplacement beaucoup trop rapide, changement de fil et retour par un autre chemin.
Edouard	phb	12 1	15h50	16h10	160/160	120/95	20 mn	30 nl/mn	Trop rapide à la descente, la grotte reste un élément extérieur à la plongée. Le déséquilibre est du à un détendeur donnant de l'eau.

Les consommations absolues sont assez proches pour chacun. Il faut les corriger par la profondeur moyenne (8 à 10 m) et soustraire le temps passé dans la cloche le cas échéant. A titre d'information, la consommation classique en siphon est de 20 litres par mn à la surface, à augmenter proportionnellement à la profondeur. Les normo litres indiqués sur le tableau correspondent à la consommation effective compte tenu de la profondeur, ramenée à une consommation à la surface. La profondeur est de 17,7 mètres pour tous, la profondeur moyenne considérée est à 8 m, j'ai déduit le temps passé dans la cloche quand je le connaissais. Ceux qui ont utilisé un ordinateur pourront affiner ce calcul qui permet de mieux se connaître et de préparer au mieux une plongée en anticipant sa consommation.

A la Douix, il est courant d'observer des consommations bien plus importantes. Ceci est du à la découverte du milieu, ce n'était pas le cas pour cette fois. Il est également courant d'observer une augmentation notable (double voir triple) lors du retour en cas de froid ou de turbidité de l'eau. Ceci conforte les règles de sécurités quant à la consommation.

Les premières plongées en grotte du stage se sont déroulées dans une eau claire, qui s'est faiblement troublée au fur et à mesure des allers et venus. La flottabilité correcte et le courant idéal permirent de conserver des conditions très (trop) bonnes. Seul le palmage énergique de certains leva un voile pudique sur les ébats d'autres.

Le venturi ne mérite malheureusement plus son nom. Les désobstructions successives ont massacré et agrandi l'étranglement à un tel point qu'on passe à l'aise en bi 18 litres, même avec du courant. Le même traitement a été appliqué en 2002 au trou du hibou. Calibrée, raboté, émasculée, enchaînée la source s'adapte au plus grand nombre. Pâle doublure, image fantomatique de ce qu'elle fut, elle ne doit plus être un obstacle pour qui ne sait pas mais veut vivre son aventure dominicale !

Cette première plongée était l'occasion de commettre les premières erreurs : ainsi, le fil emprunté ne doit jamais être quitté, ni même lâché y compris si le guide incite à le faire. Ce comportement est

l'un de ceux qui conduit à l'accident. En plongée souterraine, chaque plongeur doit être capable d'assurer sa propre sécurité, en totale autonomie. Bien sur, lors d'exercices, au cours de stage, avec un moniteur reconnu, cet absolu pourra être temporairement abandonné, quoique...

Plusieurs ont remarqués que les – 17 mètres étaient atteints très rapidement sans même s'en apercevoir. Si le puits au fond de la salle des vaguelettes était descendant au lieu d'être ascendant, la profondeur atteinte serait de 34 mètres sans que rien ne l'annonce. Il s'agit là d'un des risques de la plongée souterraine où la surface de l'eau et la diminution de la luminosité ne sont plus là pour annoncer la profondeur.

Deuxième plongée souterraine, dans la Douix, samedi 6 juin :

Seul Wallace et Serge firent leur deuxième plongée à la suite de la précédente. Celle ci a pour but de poser un fil d'ariane. Celui-ci doit être placé le plus correctement possible à l'idée de chacun. L'objectif est de montrer la difficulté de cet exercice, d'imaginer ce que serait un retour où il faudrait retrouver la sortie sans fil et donc de devoir en poser un, dans le stress et une eau plus très claire pour quelqu'un qui n'en a jamais posé ! C'est aussi l'occasion de permettre à chaque plongeur d'observer vraiment la cavité dans ses 3 dimensions.

Stagiaire	Cadre	Bloc	Début	Sortie	P initiale	P finale	Durée	Conso l/mn	
Wallace	Fred	12 1	16h07	16h28	135/135	110/100	21 mn	19 nl/mn	Suivi du fil, observation de la cavité. La conso baisse.
Serge	Xis	12 1	16h05	16h44	140/140	90/90	39 mn	20 nl/mn	Suivi du fil, pose d'un fil du trou du hibou à la cloche. Passage dans la cloche. La conso baisse.

Profondeur 17,7 mètres.

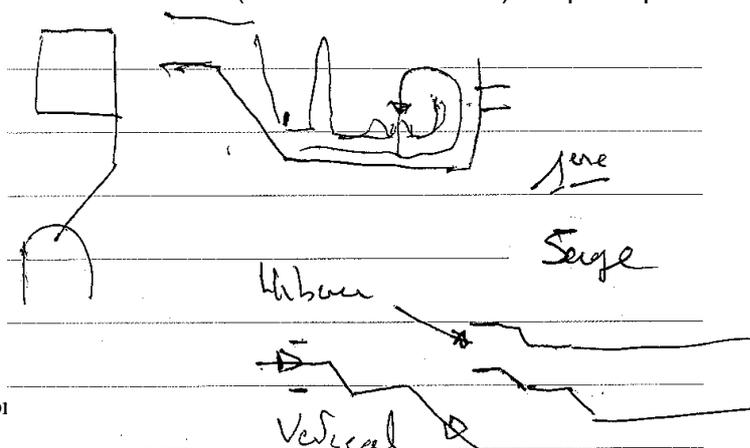
Pose du fil

Vous avez trouvé difficile de poser du fil : C'est un des objectifs du stage de montrer que cette technique absolument nécessaire (si vous vous perdez, vous serez en situation de poser du fil, avec un stress supplémentaire) ne s'acquiert ni facilement ni rapidement. La encore, des erreurs sont commises mais moins que d'habitude. Le fil est attaché correctement hors de l'eau pour le premier amarrage et non pas juste fixé par un élastique pouvant glisser ou casser. Le fil non fractionné part parfois se nicher dans des passages difficilement pénétrables. Les petits cailloux, voir « gravier » pris pour le fixer se déplacent et glissent à la suite du fil voir sur la tête de celui qui l'a posé. La vitesse de progression ralentit également alors que la consommation augmente. Le froid arrive et rend malhabile. Bien sur tout cela est très normal, c'est le but même de cet exercice. Cependant, il ne faut pas en arriver à oublier d'équilibrer les consommations dans les deux bouteilles. Ceci étant, certains ont posé fort correctement le fil. Certes, des blocs rocheux, que nous avons déplacés dans la grotte au fil des stages, sont maintenant placés aux bons endroits, mais ils ont effectivement été utilisés.

Les plongées sont souvent longues. Le froid de la source (10 °C cette année) amplifié par le courant, se fait durement sentir au retour.

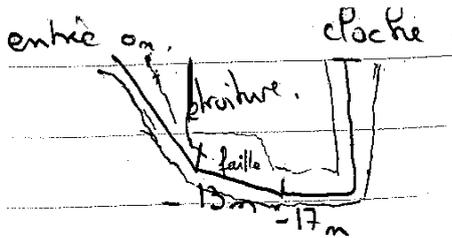
La cavité vue par les stagiaires

Pendant le gonflage des blocs, près de l'ancien lavoir, Il a été demandé aux stagiaires à l'issue des plongées de la journée de dessiner la cavité telle qu'ils l'avaient perçue, pour les raisons suivantes :

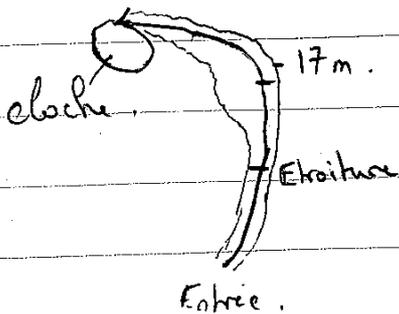


- Mettre en évidence le phénomène de saturation cognitive. La faculté d'attention est limitée, si l'attention se porte sur le matériel et l'équilibrage, dont la gestion n'est pas encore devenue un automatisme, elle ne peut se porter simultanément sur l'environnement.

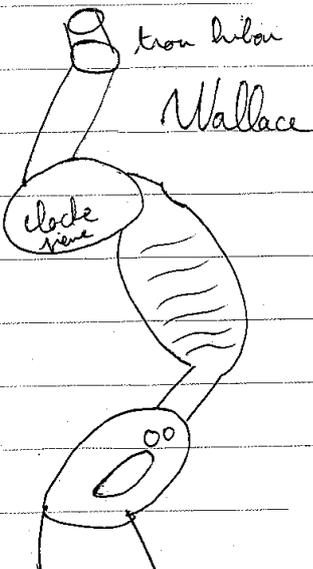
- Suggérer que l'exploration en siphon ne s'arrête pas à la seule réalisation de la plongée. Il y a tout un travail postérieur de mise en forme des informations recueillies. C'est un important élément de sécurité, on prend moins de risques si on connaît ce dans quoi on pénètre, si on en a saisi la logique.



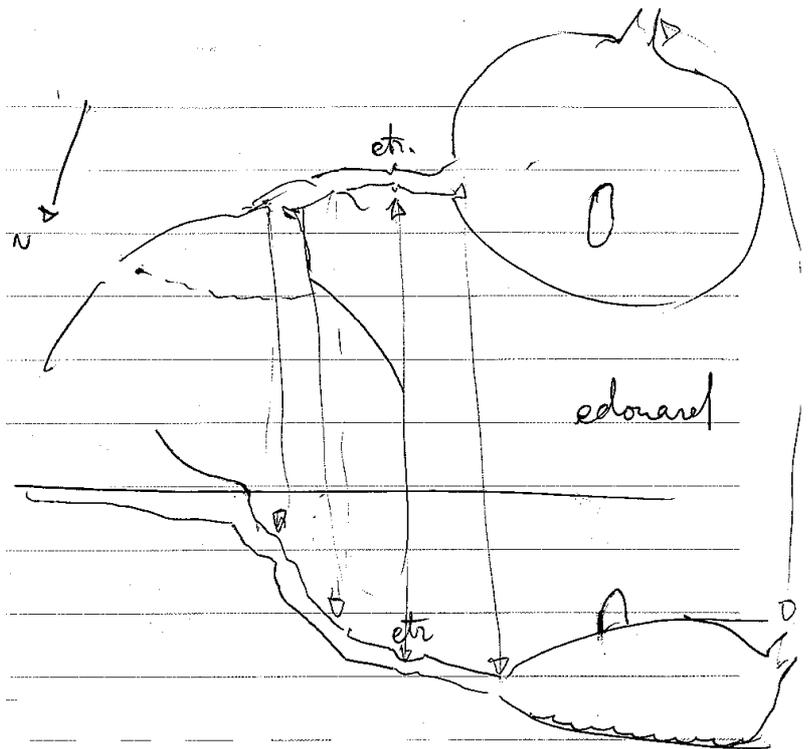
Benjamin



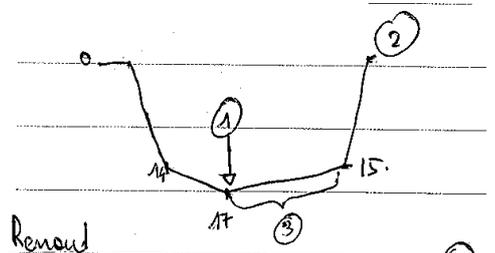
traduites beaucoup plus fidèlement que les différentes orientations. Elles sont pourtant erronées dans plusieurs parties. Il est remarquable de constater que, peu oriente la cavité par rapport au Nord !



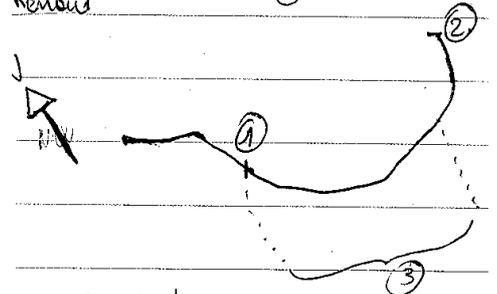
connaître le profil de profondeur, de mieux savoir quelle autonomie en air il faut prévoir et éventuellement quels paliers seront à effectuer.



Ces dessins sont à comparer avec la topographie présentée dans la partie suivante du rapport. Ils ont été effectués par des plongeurs, qui ont une mémorisation « de plongeur » de la cavité. Les variations de profondeur semblent



Renauld



- ① Retraitement
- ② Cloche.
- ③ Vaguelettes surchauffées

➡➡ Sens de l'eau



"Vaguelettes" vues en coupe

Elle permet donc d'aller facilement « plus loin » (trop loin ?) dans une cavité.

Mais généralement seule le plan permet d'identifier les bifurcations, les diverticules,... Elle diminue donc le niveau de risque. En exploration, le plan aide souvent à trouver la suite encore inconnue du siphon : Elle indique souvent les jonctions potentielles,...

La perception que vous aurez d'un siphon, l'effet qu'il aura sur vous, ne correspond pas forcément à l'idée que vous pouvez vous en faire en regardant sa topographie avant de plonger. C'est pour cette raison que « charger des topographies » a un intérêt limité aussi bien en termes d'apprentissage que de plaisir.

La pluie insistante nous fit vite arrêter le gonflage pour que chacun aille à la montagne faire sécher les combinaisons. Du coup c'était relax et le patron put expliquer (comme chaque année depuis 10 ans) que je suis plus cool maintenant qu'avant, que je n'aurais pas laissé les stagiaires trainer comme ça, que les plongeurs de l'Est eux ils font bien la fête mais qu'ils sont sérieux aussi, même que le briefing au bord de l'eau dure toute la matinée,... qu'il faut



me garder car je me bonifie,...

C'est vrai qu'on se connaît depuis 22 ans avec Philippe. Il nous a laissé les clés de l'hôtel quand sa femme accouchait il y a 21 ans !

L'un des stagiaires dut écouter son séjour pour rentrer chez lui avec sa femme souffrante.

Le soir, après avoir repris quelques forces, la pluie persistant, nous ne sommes pas allés faire la traditionnelle promenade vers l'une des plus vieilles églises de France et

la source éclairée par un artiste moderne. Ce fut diaporama puis vidéo pour tous jusqu'à 23h20, pour présenter les nombreuses facettes de la plongée souterraine, puis les yeux de certains clignotants sérieusement ce fut l'extinction des feux.

Plongées du Dimanche 7 juin :

Journée morose, devant la pluie, le lavoir nous accueille de nouveau pour l'habillage. Benjamin et Renaud avaient 2 plongées à faire, Wallace qui avait discuté toute la nuit avec son oreille, déclarait forfait. 4 plongées pour 3 cadres, c'est confortable. L'occasion de trainer un peu. Christophe en profita pour évoquer les dangers spécifiques du milieu et rappeler le déplacement correct sur le fil.



Seul 3 plongeurs restants, les plongées se firent tranquillement en se suivant. Pour une fois l'eau ne devait pas trop se salir.

Stagiaire	Cadre	Bloc	Début	Sortie	P initiale	P finale	Durée	Conso l/mn	
Renaud	PhB	10 1	10h42	11h26	210/210	115/120	44 mn	21 nl/mn	Ballade jusqu'à la trémie. Au retour après 30 mn, Renaud ressent violemment le froid et a du mal à se déplacer. La consommation est bonne.
Benjamin	Xis	9 1	10h57	11h32	150/190	90/90	35 mn	21 nl/mn	Ballade jusqu'à la trémie. Rééquilibrage du bloc. Consommation correcte
Serge	PhB	12 1	11h30	12h08	170/170	100/110	38 mn	20 nl/mn	Ballade jusqu'à la trémie. Passage dans le diverticule et demi tour. Flottabilité incorrecte (trop lourde) mais plaisir manifeste ! Consommation correcte
Benjamin	Fred	9 1	12h37	13h15	170/160	100/110	38 mn	10 nl/mn	Ballade jusqu'à la cloche, puis déséquipement du fil d'ariane posé le premier jour.

Pour tous, cette plongée du dimanche matin est la plus longue (supérieure à 35 mn). Cette année, à cause du faible nombre de stagiaire et aux encadrants suffisants, les plongées ont été encore plus longues. Après 45 mn dans l'eau à 10 °C, Renaud arrêtera la, compte tenu du froid. Le soleil qui habituellement nous accompagne en juin ne permettait pas de se réchauffer.



La troisième plongée est une plongée de « renforcement ». Elle est adaptée à la demande du stagiaire. La plupart vont voir la galerie derrière le trou du hibou, parfois même jusqu'à la trémie. La consigne était de respecter la règle du ¼.

Les techniques de bases sont utilisées plus facilement et chacun devient plus disponible pour profiter de la cavité. Il ne faut cependant pas oublier que nous sommes dans un milieu confiné. Les blocs forment une excroissance sur notre dos qu'il faut en permanence penser « à effacer ». C'est particulièrement « frappant » dans les étroitures où les robinetteries et les flexibles sont soumis à rude épreuve.

Au trou du hibou ou au venturi, les plongeurs ressemblent parfois à l'un des escargots



de Clément qui croyait sortir par un trou du seau en oubliant qu'il avait une coquille sur le dos !!

La consommation des plongeurs a évolué et est devenue correcte rapidement. Après la plongée, Philippe partit chercher la cisaille qu'Edouard avait fait choir dans la seine. Mission réussit. Le lavoir nous accueillait de nouveau pour le repas et les discussions. Chacun ayant remis au propre préalablement les dévidoirs utilisés.



La fin du stage fut au environ de 15 heures. Le temps de refermer le lavoir et de refranchir la grille, puis pour les parisiens, le traditionnel passage à Tonnerre permis de revoir la Fosse Dionne et de déguster une blanche de bourgogne bien agréable sous un soleil enfin revenu. Merci Serge.

Le retour sur Paris fut beaucoup plus difficile. Les escargots étaient manifestement sortis avec la pluie !

SATURATION ET DECOMPRESSION A LA DOUX

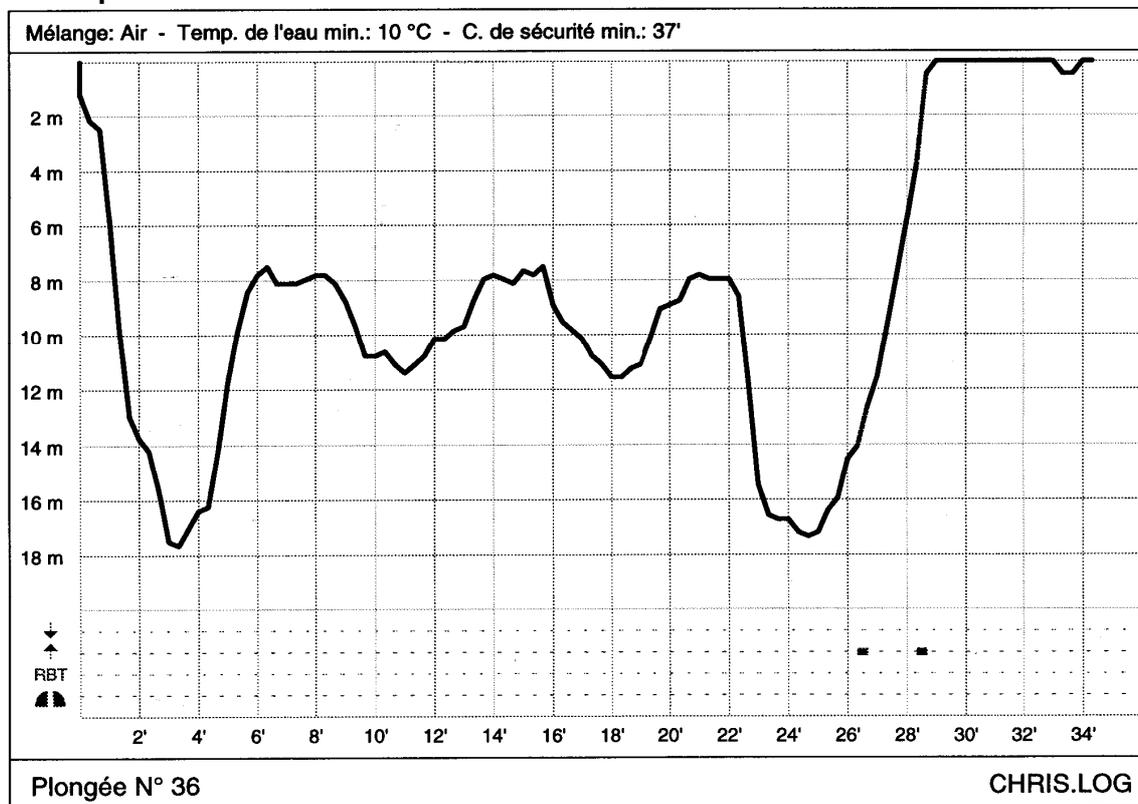
Certains stagiaires ont été étonnés, à juste titre, par l'absence de paliers au cours des plongées des encadrants. La raison en est simple et justifie l'utilisation de la Douix comme cavité école: la quasi totalité du parcours se fait à 10 mètres de profondeur. Le point bas très ponctuel est situé à -17 mètres, la salle des vaguelettes étant à -15 mètres. On pourra se reporter au profil de plongée

fournit ci-dessous, il a été enregistré par un Aladin lors d'une plongée allant jusqu'à la trémie terminale.



La gestion de la plongée comme indiqué dans la partie théorique ci après **et les séjours dans les cloches permettent de ne pas saturer inutilement**. Et donc évitent les paliers!! Il est évident que cette gestion dépend de la cavité et ne peut être généralisée.

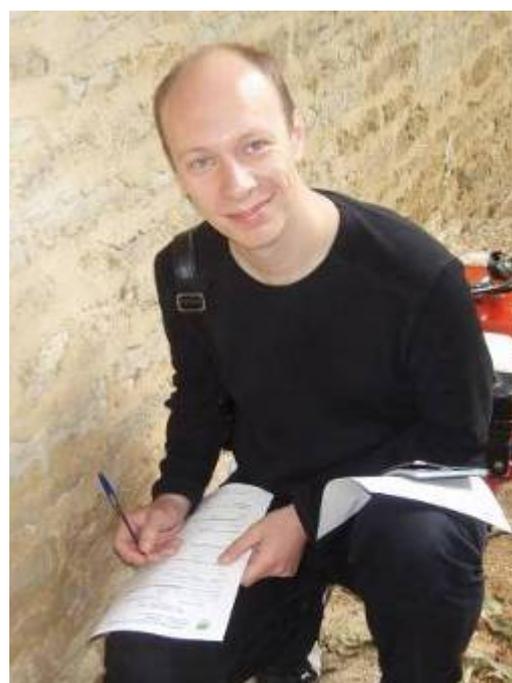
La Douix est exceptionnelle à bien des égards. Il est en général plus courant en plongée spéléo de passer plus de temps aux paliers qu'en plongée. **Cependant, les plongeurs spéléologues débutants ne doivent jamais se trouver dans des conditions qui nécessitent des paliers de décompression.**



LE MOT DES ENCADRANTS:

Cette année nous avons de nouveau utilisé les référentiels de l'EFPS en faisant d'abord un debriefing global puis en faisant un échange entre chacun des stagiaires et l'équipe pédagogique. Le debriefing de conclusion s'est déroulé dans le lavoir malgré un soleil qui tentait d'apparaître.

Les stagiaires ont tous été contents du stage, de la disponibilité et de la compétence de l'encadrement. La présence d'un cadre supplémentaire et de quelques plongées de moins ont apporté beaucoup de souplesse. Globalement la beauté du site et la clarté de l'eau ont été une très bonne surprise. Vous avez éprouvé du plaisir esthétique : Tant mieux, la Douix est une belle source. Sachez toutefois qu'elle n'est pas du tout représentative de la majorité des siphons français, qui peuvent être clairs à l'aller mais très sombres au retour, esthétiquement inintéressants et présenter un profil moins accueillant (étroitures, profondeur,...).



La philosophie de la plongée souterraine et l'esprit d'autonomie qui nous anime a éveillé l'intérêt de tous. Certains considèrent que cette philosophie d'autonomie devrait être généralisée. De même, le recul par rapport au matériel fût également une découverte marquante.

Le stage fût varié. La pluralité des participants et de leur origine est un plus car elle enrichit l'apprentissage. Les stagiaires issus du milieu « spéléo », montrent leur intérêt pour le milieu et les techniques. Cette initiation avait pour but de faire découvrir le milieu aquatique souterrain et ses dangers. L'utilisation de techniques particulières et d'un matériel spécifique et approprié permettent de faire des plongées avec un minimum de risque. Il y eu un retour rapide suite à la présence d'eau dans l'air respiré, des emmêlements dans le fil, deux dérouleurs de secours coincés ou « explosés ». Chacun des stagiaires avait des robinetteries en DIN. Régis (stagiaire en 98) a conservé un souvenir ému de son premier passage du venturi où il a complètement vidé une de ses bouteilles suite à un choc sur une robinetterie étrier !

Vous avez plongé dans un milieu différent, avec un matériel nouveau. Votre attention était accaparée par de nouvelles choses pas encore intégrées, et une foule de détails dont certains vitaux vous échappe. C'est la fameuse « Vision en tunnel », encore nommée « Saturation cognitive ». Songez qu'en cas de problème (égarement, panne d'air,...) le phénomène s'accroîtra, et aggravera le problème initial, parfois jusqu'à une issue funeste. C'est une raison de ne pas aller trop loin en siphon.

La lecture du milieu était difficile, l'aquacité était bonne et permettait une progression correcte. La vitesse de progression était globalement correcte sauf au début pour un plongeur trop rapide, comme observé classiquement (mais le record Aller /Retour de la vasque à la trémie est toujours détenu depuis 1991 en 10 mn !! par un niveau 4, fier de sa performance !). Certains descendent trop rapidement. Les risques sont variés et présents du début à la fin de la plongée, en particulier lors des remontées vers le trou du Hibou ou vers les cloche, où la vitesse ascensionnelle doit impérativement être contrôlée. Il est profitable de gérer la remontée avec sa stab où ses mains plutôt qu'avec les palmes !

Le niveau des plongeurs était correct, même si beaucoup se déplacent trop brutalement. Il faut jouer avec l'eau et le siphon, et non pas se battre contre la roche. Les yeux doivent toujours être tournés vers les obstacles. La tenue du fil laisse, comme toujours dirais-je, à désirer. Le fil étant lâché parfois pour s'équilibrer, se retourner, regarder le paysage,...C'est pourtant la seule façon de retrouver la sortie quand la visibilité se dégrade (1ère cause de décès en siphon). La présence d'une chaîne à l'entrée, posée par les spéléos dijonnais à la demande du maire de Chatillon, peut inciter à se tracter dessus à la descente et à s'y accrocher au retour comme sur un mouillage de bateau. Je rappelle que **le fil d'Ariane doit glisser librement entre deux doigts** et ne pas être sollicité, au risque de se rompre! Les problèmes d'équilibrage et de déplacements verticaux doivent être parfaitement maîtrisés avant toute pénétration dans une grotte.

Les pages ci après vous donneront quelques informations théoriques sur la plongée souterraine. Bien sur, il ne peut en aucun cas remplacer une formation pratique mais une approche des techniques spécifiques. Le matériel que les uns ou les autres utilisaient vous servira de modèle pour compléter le votre et arriver presque prêt pour une prochaine plongée.

Enfin, si le débriefing montre une satisfaction des stagiaires et l'adéquation du stage aux objectifs prévus, ce fut également un réel plaisir pour tous les cadres de participer à ce stage.

Plusieurs stagiaires nous ont adressé un petit mot juste après la sortie (le soir même), cela fait très plaisir. Vous avez nos mails, merci de nous communiquer vos commentaires à froid qui nous feront toujours progresser. Je pense que la plupart d'entre vous retourneront sous terre. Le virus est là et les aptitudes également. Les autres utiliseront avec profit, certaines des techniques en mer.

La conjoncture réglementaire actuelle sur la préparation d'un arrêté plongée souterraine imposant des brevets de pratique à la demande de la FFESSM, nous a fait ajouter une réflexion sur ce point. La FFS s'oppose à tout brevet de pratique. A bientôt, peut être avec nous lors du stage perfectionnement.

Philippe et l'équipe pédagogique

Evaluation des stagiaires

L'équipe pédagogique se réunit en fin de stage pour évaluer chacun des stagiaires.

L'entretien d'évaluation permet ensuite de rencontrer le stagiaire à la fin du stage. Il a pour objet de mesurer les savoirs, savoirs-faire et savoir-être acquis, en relation avec les attentes du stagiaire et de faire émerger les ressentis, difficultés et le positionnement du stagiaire. L'entretien permet à l'équipe pédagogique d'évaluation de réguler à nouveau quant à la sécurité de pratique.

La synthèse de l'évaluation réalisée par l'équipe pédagogique est ensuite rapportée au stagiaire.

1 - Evaluation par l'équipe pédagogique

1 - Aisance dans le milieu

- a) A la fois plaisir avec observation du milieu mais perte de références. Aquacité et flottabilité deviennent incorrectes.
- b) Moyenne, la vitesse est trop rapide ou trop lente. Vision du milieu à améliorer
- c) Spéléo, a l'habitude du milieu souterrain, calme, réfléchit, encore quelques maladresses, agencement du matériel à perfectionner.
- d) Trop de précipitation pour être à l'aise.
- e) Correcte, correction des mauvaises attitudes au cours des plongées.

2 - Autonomie pour aborder le milieu et gérer les difficultés

- a) Pas encore autonome.
- b) Pas encore autonome, doit améliorer principalement la perception.
- c) Autonome pour progresser sur le fil sans incident.
- d) Insuffisante, doit prendre du recul et mieux apprécier le milieu.
- e) Autonome pour parcourir un siphon déjà connu dans des conditions favorables. Doit améliorer son expérience.

3 - Maturité et positionnement face à la pratique

- a) bonne.
- b) Optimiste par rapport aux difficultés, doit prendre la totale mesure des difficultés du milieu.
- c) A pris le recul pour appréhender la plongée spéléologique.
- d) La pression du matériel est prégnante vis-à-vis de la perception du milieu. Conscient de l'adaptation à effectuer.
- e) Bonne, pratique la spéléo et est conscient des limites. Doit intégrer une équipe afin de partager et progresser.

4 - Capacité à partir seul

- a) Non.
- b) Non.
- c) Non.
- d) Non
- e) Oui dans des siphons connus.

Synthèse :

- a) Bonne perception, s'est fait plaisir, doit poursuivre.
- b) Doit profiter de ses compétences universitaires pour comprendre le milieu.
- c) Doit continuer à apprendre à travers le compagnonnage ou en stage perfectionnement, mais n'est pas encore capable de plonger seul.
- d) Doit modifier le matériel et revenir tranquillement parcourir un milieu qu'il a apprécié.
- e) Doit poursuivre et se perfectionner.

2 - Entretien d'évaluation avec le stagiaire – Auto-évaluation

1 – Attentes – acquis et ressentis au long du stage

- a) Découverte du milieu, apprentissage d'un milieu confiné, bonne progression, découverte puis technique du fil et en final toute la grotte.
- b) Découverte et accompagnement dans le milieu. Acquisition de savoir être en milieu clos. Perception différentes des idées que j'avais du milieu a priori (touille, froid,..)
- c) Mixer 2 mondes déjà connus séparément, peur de ne pas se maîtriser face à une difficulté, acquis : l'agencement du matériel. Très bon ressenti de la pratique. Enthousiasmé par le milieu, monde minéral, jeux de lumière, clarté de l'eau.
- d) Encadrement rassurant / écoute et conseils de la part des différents encadrant. Pas de « barrière » de niveau ou de vécu – tout le monde à la même enseigne. Site parfaitement adapté à l'écolage : clarté / espace / bonnes conditions de mise à l'eau / absence de contraintes autres que celles liées à l'initiation plongée spéléo.
- e) Le but du stage était de me confirmer que je prenais plaisir à plonger sous terre. Effectivement, je m'y suis senti à l'aise.

2 – Points techniques encore, à améliorer

- a) Mieux progresser en améliorant l'équilibrage, trop collé au fond et trop près du fil.
- b) Evolution lente dans le milieu → anticiper les passages étroits. Respiration adaptée, mieux anticiper le phénomène du froid, accroître l'observation vis-à-vis de la progression. Equilibrage à mieux définir en descente.
- c) L'adaptation du matériel, le palmage, les vitesses de progression trop rapides surtout à la remontée.
- d) Perdre les habitudes de confort de son propre matériel en configuration mer, Perdre les habitudes de descente rapide / calme indispensable, Matériel à mieux configurer
- e) Afin d'être autonome, je dois améliorer mon équipement (disposition du bi et des détendeurs) et la mise en place du fil d'Ariane.

3 – Autonomie de plongeur spéléologue

- a) Vieux débutant, comportement trop « mer », faire d'autres expériences pour progresser, pas autonome.
- b) Principe du double équipement, respiration. Première approche du fil d'Ariane, perception et évolution dans le milieu souterrain.
- c) Ne se voit pas encore pratiquer seul.
- d) Pas assez indépendant de mon matériel pour profiter du stage. Différence notable entre les habitudes de plongée mer, à oublier en plongée spéléo. Difficultés à ne pas se tracter sur le fil / respiration alternée sur les deux détendeurs à retravailler. Pas vu la pose de fil par manque de temps.
- e) Pour le moment, je veux plonger à l'air afin de progresser à mon rythme vers des plongées aux mélanges. Je me sens capable de plonger seul à l'air en respectant les règles de sécurité relatives à la plongée spéléo.

Synthèse et réajustement suivant l'entretien

- a) Avis convergent, peut poursuivre.
- b) Avis convergent, doit améliorer sa perception du milieu, non apte à poursuivre seul.
- c) Avis convergent, doit poursuivre en compagnonnage.
- d) Initiation « complète » indispensable, perdre les mauvaises habitudes mer, besoin de se calmer pour profiter de l'initiation, résoudre les petits problèmes matériels, envie évidente de refaire ces plongées.
- e) Avis convergent, doit poursuivre en compagnonnage.

Appréciation du stage

Ceci représente la synthèse des réponses faites à chaud par les stagiaires.

1 - Ce stage a-t-il répondu à vos attentes ?

Pas du tout Un peu Beaucoup ■ 1 sur 5 Totalemment ■ 4 sur 5

Très bonne première plongée en siphon,

Je venais aussi pour connaître le matériel, les différentes marques de matos afin de créer mon équipement.

Pas vu la pose de fil par manque de temps, pour cause de stage écourté – certaines questions encore en suspend

Après quasiment 20 ans d'attente. Enfin ! Extrêmement satisfait et content.

2- Votre avis sur la qualité de l'encadrement et sur les méthodes pédagogiques employées ?

Adaptées ■ 5 sur 5 A changer

J'ai adoré être autonome et passer le premier dans la cavité.

Très bonne mise en confiance, grand professionnalisme.

Bonnes explications / différents points de vue (3 encadrants) / bonne disponibilité vu le nombre raisonnable de participants.

3 - Votre avis sur le contenu du stage :

Très bon ■ 4 sur 5 ■ 1 sur 5 Passable A changer

Pour un stage initiation

Mise en pratique immédiate de la théorie (fil)

Site parfaitement adapté à la formation / équipe compétente / matériel disponible pour tous les stagiaires / accompagnement adapté à chaque stagiaire / disponibilité des encadrants.

4 - Votre avis sur la durée du stage :

Bonne ■ 5 sur 5 Trop longue Trop courte

Stage écourté de mon fait / re- planification pour le prochain stage d'initiation, de préférence avec la même équipe / nombre de plongées prévues correspondant parfaitement aux deux jours et visiblement aux attentes des stagiaires

5 - Votre avis sur l'hébergement et l'intendance

Bien ■ 5 sur 5 Passable médiocre

Adaptation aux intempéries / disponibilité de suffisamment d'équipements pour répondre à tous les besoins des stagiaires / hébergement et restauration visiblement rodés ce qui est rassurant

6 - Autres observations sur ce stage (modification, problèmes matériels, souhaits, suggestions)

Du beau temps

Très intéressant de rencontrer des plongeurs spéléo très actifs

Avoir les clés du lavoir, cela évite de percer une chaussure.

Envie de revenir pour un stage « complet » et non écourté pour raisons personnelles / curiosité bien suscitée par les encadrant / initiation réussie à mon goût (dans le vrai sens du terme initiation

Vous aurez un autre stagiaire rapidement, mon fils de 24 ans.

Paroles de stagiaires

Plusieurs stagiaires ont écrit à propos de leurs plongées. Voici leurs réflexions.

Chatillon, ou la plongée maudite...

Bon, comme prévu depuis plusieurs semaines, nous voilà partis, Wallace d'un côté et nous (ma femme et moi) de l'autre, sur l'initiative de Philippe, direction Châtillon sur Seine, site école de la FFS. Après une route interminable sous une pluie battante, nous avons découvert les joies de la N71 derrière les camions du coin, à faire des lignes droites plus lentes que les traversées de villages à 50 km/h.

Bref, arrivée comme prévu sur le parking du lavoir, où tout le monde (sauf Philippe parti au ravitaillement) était en train de comparer et d'étudier son matériel. Je sors une partie de mon bordel aquatique de plongée mer, puis début de briefing avec Fred et Christophe. On échange quelques avis, on est attentif au matos (bien râpé) des encadrants, Philippe arrive et on part chacun dans notre coin essayer d'adapter notre matos aux règles de base demandées par nos formateurs. Une fois tout le monde prêt, on file casser la croûte à l'abri de la pluie, dans le lavoir ouvert depuis peu par Philippe. Sandwichs, coca, cornichons, fromage du coin, un petit café et hop, voilà la fine équipe qui repart, toujours sous la pluie, direction un petit bras de Seine où Christophe et Philippe ont noyé un bout de fil à l'aide de quelques pierres. Au passage, j'explose mon fidèle dévidoir qui m'a fait une vingtaine de plongées mer mais aucune en Seine !!! Bref, à chacun de passer, à tour de rôle, devant Fred pour juger de notre aquacité, de notre flottabilité et de notre aisance à suivre un fil malicieux. Arrive mon tour, je me fous à l'eau avec mes deux détendeurs, 5 - 6 respirations sur l'un, puis sur l'autre, qui à l'échange suivant se met à fuser de tout son cœur. Je mets le doigt dedans, reprends mon cycle de 5 respirations sur l'un, puis l'autre détendeur, et re-belotte, il fuse, je mets le doigt dedans. A la cinquième fois de ce jeu de merde, sans avoir lâché le fil d'Ariane parmi les algues, je sors de là en envoyant tout balader avec le calme qui me caractérise. Mon masque vole, impossible de me remettre à l'exercice, mais un masque de perdu.... *[en fait Edouard est tellement concentré sur l'exercice qu'il n'a pas réalisé qu'il a perdu son masque. Depuis le bord Philippe et Fred attendent amusés les conséquences de sa reprise de plongée. Réaction immédiate ! Beau jaillissement de plongeur et yeux écarquillés !]*

Je sors sur les conseils de Fred, m'installe sur un banc, débrèle le tout et remonte à la place de mon matos "de dépannage" un détendeur Pos' de Philippe. Je ne vous ai pas dit, mais j'ai déjà testé les Poséidons et je n'aime vraiment pas, c'est dur à respirer. Bref, je le monte sans conviction, puis file chercher un autre masque (merci Décathlon de faire des bricoles en plastoc à trois balles....). On porte le tout de l'autre côté de la route, sur le bord de la vasque *[avec les chariots de xis et fred pour les plus économes, sur le dos pour les plus optimistes]*. Chacun prépare son matos, certains sont déjà équipés, tout le monde part 2 par 2, direction fond de la vasque, puis sous l'eau. Philippe m'indique que je passerai avec lui dès son retour. J'aide un peu, faisant comme les autres plongeurs en attente office d'habilleuse. Retour du Wallace, un des premiers partis, un sourire jusqu'aux oreilles alors qu'il se déséquipe, puis arrivée de Philippe qui me propose de venir le rejoindre. Je m'équipe et arrive à quatre pattes vers lui. Il vérifie mon matos, puis on part, comme un vieux couple, moi devant, la main sur le fil et lui suivant. Premiers réflexes, je tire sur le fil comme sur un bout de mouillage, et descends comme un bourrin habitué que je suis aux plongées en mer.

En général, en mer, on descend rapidement le long du mouillage, puis on flâne au fond après avoir réajusté un peu son matos, on visite les épaves, puis on revient au mouillage pour remonter tranquillement faire ses paliers puis ressortir et remonter au bateau. Là, ben faut être beaucoup, beaucoup, beaucoup plus cool.... Et ce n'est pas mon cas, surtout quand j'accumule des problèmes..... Le super détendeur de Philippe, le Pos', me donnait une bonne goulée d'eau en plus de l'air à chaque aspiration, par opposition à mon détendeur qui est comparativement une Rolls. Plus fragile mais plus confortable. Bref, arrivé à 15m, marre de boire, je fais signe à Philippe que je remonte, pas de panique mais pas à l'aise. Il me fait signe d'y aller doucement, mais à partir du 10ème litre, j'ai fini par me barrer et remonter en surface dans la vasque.

Arrive Philippe avec qui j'ai quelques explications sur le Pos, il l'essaye, je l'essaye, on tergiverse et on tombe d'accord: il fonctionne donc on y retourne. Ok, mais pas fou, je commence ma descente sur le mien, de détenteur.... Re descente, plus lentement (enfin, je le croyais), on passe les oreilles, mentalement je compte 5 ou 6 passages, donc on doit trainer dans les 15 m. La roche est belle, jaune pâle, calcaire, éclairée par mes phares et ceux de Philippe, qui me suit de près. Tellement de près qu'au retour, il m'avouera avoir pris plus de coup que les rochers... Sorry, je n'aime pas quand je sens qu'on me suit de trop près.... 😊. Encore toutes mes excuses, mais je ne fais pas de différence dans mes coups de palmes. Et merci d'avoir suivi de près, car je continuais (encore !!!) à tirer sur ce foutu fil. On finit par arriver au fond, où mon accompagnateur me fait admirer un peu au dessus de moi, autour, tiens, y'a un autour ????? y'a pas que devant et on fonce ????? 😊 Je continue à basculer d'un détenteur sur l'autre et à boire de la bonne eau de Seine, mais plus profond.... J'en profite pour remettre ma palme gauche qui se barrait.

On arrive finalement devant une étroiture en forme de T inversé. Bien sûr, tel le bourrin moyen, je fonce en me disant que ça doit passer, c'est bien connu, c'est mou le rocher. Ben ça passe pas, normal. Je recule, tapote un peu Philippe de mes douces palmes, me mets sur la tranche en me disant que là, ça doit passer. Que nenni, c'est pas plus mou, ça passe pas mieux. Je me retourne car je sens le mec derrière moi qui me fait signe: "cool, on se colle au fond et on remonte après...." Bon, s'il le dit, ça doit être vrai. Et effectivement, c'est vrai, ça passe comme une lettre à la Poste. De l'autre côté, c'est beau, un couloir tout en long qui débouche dans une superbe salle ovale et assez aplatie. Philippe me fait signe de monter voir dans une petite cloche. Je dois lâcher le fil d'Ariane mais bon, j'ai confiance, il saura me ramener en un seul morceau, même gorgé d'eau 😊. J'y vais, et je me coince les blocs dans un coin du plafond alors que lui a retiré son détenteur et me dit un truc du genre : " t'as vu ????? c'est rigolo, non ?" ... Non, j'ai pas trouvé rigolo de me coincer les blocs dans ce trou, et comme je suis encore en mode bourrin, je redescends au fond voir un peu les cailloux et les vaguelettes dessinées par l'eau depuis le temps qu'elle passe là. Bizarre, je tourne la tête à droite et ça éclaire faiblement à gauche.... Pourtant, Philippe est en train de revenir de sa cloche d'air donc ce n'est pas lui *[en fait je ne l'ai jamais lâché même s'il se tire plus vite que la carpe de l'entrée. Ce n'est pas un plongeur mer qui va me semer dans une grotte quand même !]*.... Ben non, c'est moi qui, n'ait désormais qu'un seul phare, mon Luxeon 1W, plus de HiD, ni de 14 Led !!!! Et pour couronner le tout, j'ai plus mon casque sur le crâne. Je suis le fil depuis le cannister *[les spéléos disent boyon, la plupart dise accus]* jusqu'au phare, récupérer mon casque et décide de continuer à m'éclairer casque à la main. Je reprends conscience que j'ai lâché mon fil, je le cherche à la lumière de ce foutu casque, le reprends et continue un peu vers le bout de la salle qui devrait remonter vers une grand cloche (selon les plans du Net).

Un rapide coup d'œil au mano, ben je suis à 120 bars, ma limite des 1/5 de gaz est atteinte. Je fais signe à Philippe, on rebrousse chemin. Au passage, tellement marre de boire que je décide de rentrer uniquement sur mon détenteur, tant pis pour l'équilibrage entre les deux scaphandres, j'ai assez pour remonter peinard et surtout pour revenir sur le Pos' pour reboire un coup en cas de panne. Bref, un choix pour une fois réfléchi *[la rien à dire c'est effectivement une bonne décision]*. Au passage, je re farfouille dans les cailloux pour trouver autre chose que du jaune calcaire, mais rien, pas d'autre couleur, pas de fossile, pas de pognon (contrairement à Philippe qui fais le plein de menue monnaie, probablement pour le péage du retour 🍷). Au passage, il me fait admirer une superbe veine sombre au milieu de tout ce calcaire. J'en trouve une autre, parallèle, un mètre plus loin. J'en profite pour re- remettre ma palme gauche. On remonte dans une eau à peine moins claire qu'à l'aller. Je m'attarde à admirer les miroirs formés par les bulles d'air des précédents plongeurs au plafond, un dirait du mercure, mais à l'envers. Philippe me passe sa tête de phare 3 Leds pour admirer *[la narcose doit commencer à agir, car il s'agit de mon superbe phare HID 50 W !]*, on palme un peu cote à cote, comme un vieux couple. Je lui rends son phare et je me dis que je suis bien content d'avoir pris un seul gant, ma main droite reste au contact du rocher, même si ça caille (l'eau était à peine à 10°C), c'est super de sentir ce contact minéral. Ça me rappelle les falaises de la cote sauvage qui plonge dans le lac du Bourget, en face d'Aix, où je suis allé me cailler déjà une fois avec des potes recycleux....

Le passage inverse de l'étroiture est une simple formalité, merci Philippe de m'avoir montré à l'aller. On refait le chemin inverse, on remonte peinard, je ne purge pas assez vite et je palme encore et

toujours comme un bourrin pour remonter. Pas de bip de mon ordi, surprenant pour un Vyper avec des bouts de RGBM dedans, il couine normalement pour un rien. Bon, pas plus d'inquiétude sur mon secours, un bon vieux Océanic qui lui pourtant ne connaissais rien au RGBM. Au passage, on croise Christophe qui redescendait avec un de ses "touristes". Bizarrement, on se croise sans difficultés, je pense qu'il a du m'éviter astucieusement, alors que moi, je suis définitivement en mode bourrin, je passe et ne dit même pas merci. *[Haha, alors le touriste c'était moi pour la deuxième descente, je venais de poser mon fil sur la gauche de la faille, je regarde dans la faille voir si y a personne et là je vois des lampes qui arrivent très vite, on s'est regardé avec Christophe et on s'est écarté 🇺🇸 wallace]*

Le fil à main gauche, je continue ma remontée, même si j'entends quelques bips qui ne sont pas ceux de mes ordis (j'apprendrais après que c'était celui de Philippe). L'ouverture de la vasque se découpe dans le ciel de ma remontée, c'est superbe, j'aurais du remonter moins vite car je ressors direct en quelques secondes. Me revoilà à l'air libre, la vasque est vide, tout le monde est parti. Philippe sort quelques secondes plus tard, on discute un peu consommation, il essaye de me la faire genre "je consomme rien, regarde, j'ai encore 200 bars". On ne me la fait pas à moi, j'ai bien vu le bloc supplémentaire sous son bras gauche, qui lui a permis d'économiser pour une éventuelle seconde virée. *[oui mais ce n'est qu'un 7 litre et j'en suis à ma 2^{ème} (ou 3^{ème}) plongée]* On revient au bord, on se déséquipe lentement. On retransverse pour aller poser nos bis, Philippe me propose d'aller patauger encore un peu et d'aller chercher mon masque perdu dans le bras de Seine encore équipé de son fil. On fouille, refouille, plonge dans de la touille dans un mètre d'eau, rien à faire, c'est bien perdu. Jusqu'au moment où sur la berge, j'entends "Hé, au fait, je l'ai récupéré, ton masque". Merci à Benjamin, le sauveur de masque, je retrouve mon fidèle Beuchat 😊. Le chef me laisse là pour rembobiner le fil qui était encore à sa place, et normal, je suis maudit, je fais tomber mes cisailles dans la merde au milieu des algues. Je fouille un peu, tâte, découvre des odeurs ... impressionnantes en soulevant quelques paquets d'algues, mais rien, bon, c'est perdu, ce sera une fortune de mer pour celui qui les trouvera. Faut dire, du Fiskars à 10€, ça sera vite remplacé par une vraie cisaille Wolf à enclume, comme ça je ferais plus spéléo. 😞😞😞

Je me dessape, je me sèche, j'aide à déséquiper de ses caouèches le fil que j'ai sorti, puis file distribuer des bières fraîches (merci à l'inventeur de la glacière) à mes collègues et nos formateurs. Wallace est sobre, tant pis pour lui. *[là je dois dire que la binouze glacée pour chacun, c'est royal. Xis avait justement regretté que j'ai oublié d'en acheté !]* Philippe sort son compresseur et commence à regonfler les bi, pendant que nous allons à l'abri du bruit et de la pluie dans le lavoir, pour débriefer et dessiner le plan que chacun a relevé de tête lors de sa visite. C'est marrant de voir comment chacun a perçu la grotte..... On finit de ranger, on file vers l'hôtel où Philippe et Xis continuent de gonfler les bi au sec dans le garage du proprio. Dommage, j'abandonne là les copains pour de sombres raisons médico-technico-politico-familiales. Je m'en excuse auprès de Philippe, qui fait preuve de beaucoup de calme vis à vis de moi, mais nous laissons tout le monde en plan et rentrons sur Montesson, tiens, sans même avoir dit au revoir à tout le monde. Excuses généralisée de ma part. Je reviendrais seul comme je l'ai dit à Philippe, pour la prochaine session, s'il m'accepte, je crois que Christophe m'a dit qu'il y en aurait une en Septembre *[le message a été transmis, pour septembre c'est Xis l'organisateur]*.

Merci encore à Philippe pour son calme et son adaptabilité à mes contraintes. Merci à Fred et à Christophe pour leur formation et les discussions, merci aux autres plongeurs avec qui j'espère replonger plus au calme. Je ne m'arrête pas là, je prends juste un peu de retard par rapport à Wallace, mais j'y retourne dès que possible.

Bon, je propose de faire un point forts/points faibles/bilan de cette virée à Châtillon.

Points forts :

- l'eau de Seine est potable, tout du moins à sa source.
 - l'eau de Seine est froide, mais supportable avec une bonne 7+7.
- Je vais néanmoins travailler mon équilibre en étanche, pour la prochaine fois.
- c'est beau, ça donne envie d'y retourner dès qu'on est sorti de l'eau.
 - l'encadrement FFS est excellent, merci encore à eux.
 - ça calme et il y a énormément à apprendre.

- le mercure au plafond.

Points faibles :

- faut venir seul, pas en couple. 😞
- faut plutôt venir quand il ne pleut pas.
- faut du stock de matos en double ou triple
- ça ne se plonge pas comme en mer..... Mode bourrin OFF
- faut du matos à l'épreuve des balles : 1 phare HiD cassé, 1 casque (réparable), 1 cisaille perdue, 1 dévidoir 120m cassé)

Mais démontage du phare HiD le lendemain: c'est une soudure sèche, il n'a rien au niveau de la tête, il pourra donc resservir [*Bien sur, la plongée a été fluide, 😊 juste une soudure de cassée, un casque arraché, un dérouleur explosé, ;-)*] Finalement, ça m'aura couté moins en matos que je ne le pensais, avec le phare qui roule encore et Philippe "l'acharné" qui a retrouvé mes cisailles.... J'appelle Yann dans la semaine pour voir ce qu'on fait pour mon dévidoir.

Merci encore à Philippe.

Dark

Premières plongées souterraines

Pour ma part deux superbes plongées que je ne regrette pas d'avoir fait malgré être passé en force pour les oreilles avec mon rhume actuel et je pense sans doute une belle otite. Donc je n'ai pas plongé dimanche et je ne regrette pas car le voyage retour en voiture a été un enfer de douleur.

Mais je garde un très bon souvenir de ce we découverte. Prenez une organisation bien rodée avec trois encadrant super sympa, un site super joli même sous la pluie (vous verrez des photos faites la veille avec du soleil), des stagiaires avec chacun leurs motivations différentes pour réaliser ce stage, secouez le tout dans de la touille de Seine et faites tremper le tout le long de fil dans de l'eau cristalline et vous aurez un super stage. 🍷

A titre perso, j'avais comme motivation de voir le mix que l'on pouvait avoir entre l'exploration souterraine classique et la plongée loisir. J'avais aussi besoin de savoir si j'étais capable de me confronter à une plongée sans visibilité totale sans paniquer.

Pour la touille j'ai été très content de tester cette non visibilité dans la Seine et pas sous terre, je pense m'en être pas trop mal sorti avec trois fois accroché au fil d'Ariane (2 fois la palme et une fois le manomètre). Pour la palme je l'ai senti direct et le fait de se retourner déclenchait une non visibilité instantanée, il faut donc enlever le fil à la sensation des doigts dans les gants. Pour le mano j'avoue ne pas avoir compris, je n'arrivais plus à avancer mais je ne sentais rien qui me retenait, le plus difficile reste d'enlever le fil d'Ariane sans le perdre de l'autre main 😊

Donc voilà pour la petite sensation forte, après cela n'a été que du bonheur, on m'a expliqué mon erreur sur le fil que je suivais trop près du corps et cela ne s'est plus reproduit. Du coup comme dès la première plongée j'ai tiré mon fil j'ai préféré appliqué une bonne vieille méthode souterraine, je tenais le dérouleur main gauche à l'aller et je le tenais main droite pour rembobiner. J'ai trouvé cela pratique et le fil assez long de moi pour pas me prendre dedans.

Donc niveau sensation j'ai adoré le principe de passer en premier comme si on explorait tout seul la cavité, l'encadrant suit simplement et intervient si une fixation du fil n'est pas bonne ou pour lui laisser le choix des galeries à aller explorer.

Ayant plongé en premier le samedi j'ai pu bénéficier d'une clarté impressionnante de l'eau, clairement cela n'a rien à voir avec la mer où il y a toujours des éléments en suspension. On se sent comme un poisson dans l'eau, le moindre passage étroit est d'une facilité hallucinante comparé à de la spéléo. Il suffit juste d'avoir conscience de la place que prennent les bouteilles et ça passe en douceur.

J'ai été très impressionné qu'une simple torche Led suffit à appréhender la cavité, il est vrai que les

distances entre les parois n'est pas très élevé non plus. Le retour vers la surface est encore plus impressionnant la lumière apparait dans les failles, formant quelques rayons malgré un soleil caché par les nuages.

Bref une très belle découverte de ce milieu. Je ne pense pas que cela soit accessible à tout le monde, j'ai connu bien trop de plongeur en mer en panique à l'idée de se mettre à l'eau ou pas du tout à l'aise dans le milieu aquatique. Mais je pense que les gens ont leurs propres freins pour aller faire des plongées plus complexes.

Alors dans les plus :

- sensation de légèreté dans les passages étroits, j'ai trouvé cela trop sympa
- je pense que les techniques d'autonomie de ces plongées vont beaucoup me servir en plongée loisir
- ça aide à beaucoup apprendre sur soi sur sa capacité à rester calme en toute circonstance, je trouve cela génial
- perso j'ai adoré les Poséidons, ça me change des détenteurs de club ou de location, l'embout est agréable en bouche, il est très léger et peu encombrant, réversible, les bulles sur le côté
- plein d'autre choses

Les moins :

- mon rhume
- mes oreilles

Voilà un petit CR en attendant les photos et les vidéos.

++

Wallace

Bonsoir philippe,

Le stage de ce week end m'a conforté dans l'idée de poursuivre la plongée spéléo. C'est avec plaisir que j'apporterai une pierre à votre édifice, je serai libre pendant cette période. Vous pouvez compter sur ma présence. Je te remercie de ton invitation.

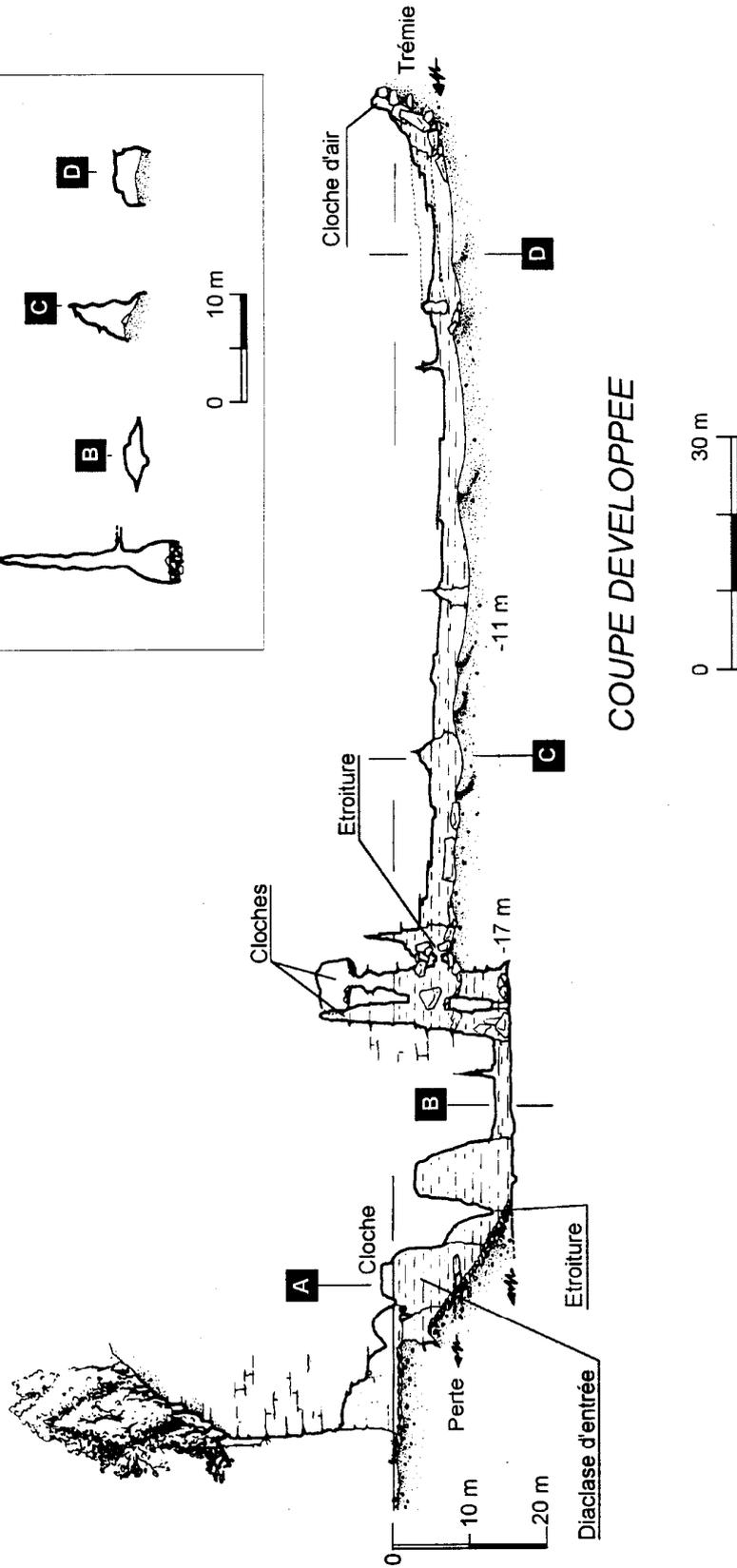
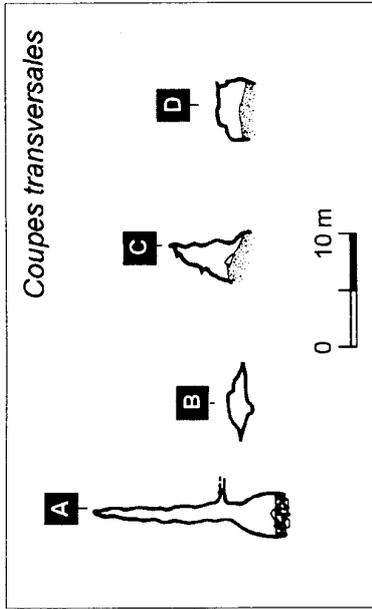
Amicalement

Benjamin



SOURCE DE LA DOUX

21 - Châtillon-sur-Seine



Topographie S.C.Dijon 1977 et 1993 (P.Degouve, P.Kindt, B.Lebihan et D.Lefebvre)

LA DOUUX DE CHATILLON

PETITE HISTOIRE (PAR PHILIPPE BRUNET)

Les premiers plongeurs à explorer la Douix furent ceux du spéléo club de Dijon en 1964. A cette époque, la plongée spéléo était une activité peu connue et les incursions dans les réseaux noyés se limitaient à des reconnaissances timides sur des distances réduites.

L'exploration s'arrêtera à une vingtaine de mètres de la vasque au niveau de la première étroiture dite du « venturi ». En 1972 un plongeur parisien, Francis LEGUEN, reprend l'exploration et découvre la galerie jusqu'à la seconde étroiture dite du « trou du hibou ».

En 1973, la section spéléo du touring club de France prolonge le conduit jusqu'à deux cents mètres de l'entrée et s'arrête sur une trémie qui constitue l'actuel terminus.

En 1977, les plongeurs du spéléo club de Dijon dressent une topographie complète de la cavité (voir coupe ci-contre). Ils découvrent au cours de leurs visites les deux cloches qui donnent accès à un petit réseau exondé.

Malgré le passage hypothétique d'un plongeur anglais de l'autre côté de la trémie, personne jusqu'ici n'a pu franchir cet obstacle vers l'inconnu.

Enfin en 1988, un passage se créait au début de la diaclase d'entrée. Cet accès, qui supprime une cheminée noyée, source d'angoisse pour les débutants, permet de visualiser un superbe remplissage d'argile et de galets.

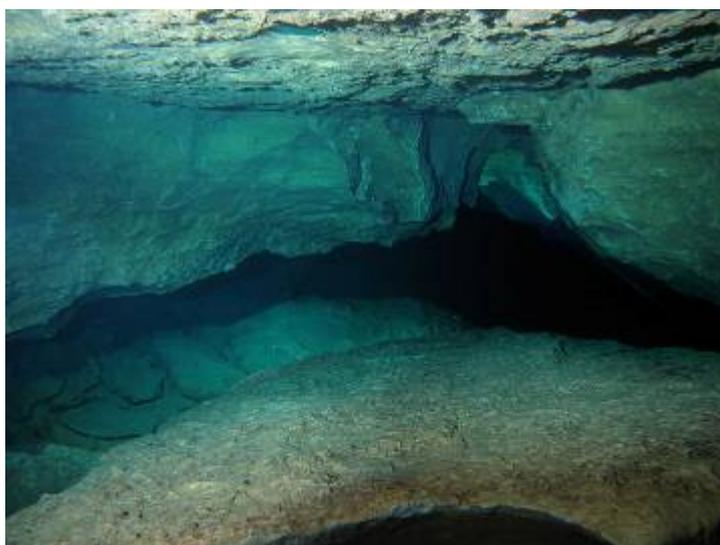
Ce remplissage livra en 1993 une superbe statue gallo-romaine, découverte par un plongeur francilien, puis extraite lors du pompage réalisé l'été 93 par la ligue de Bourgogne. Des ex-votos, des pièces trouvées en même temps prouvent que la source servit de lieu de culte à l'époque romaine. Ces vestiges sont visibles dans le superbe musée de Chatillon sur Seine, ouvert le samedi.

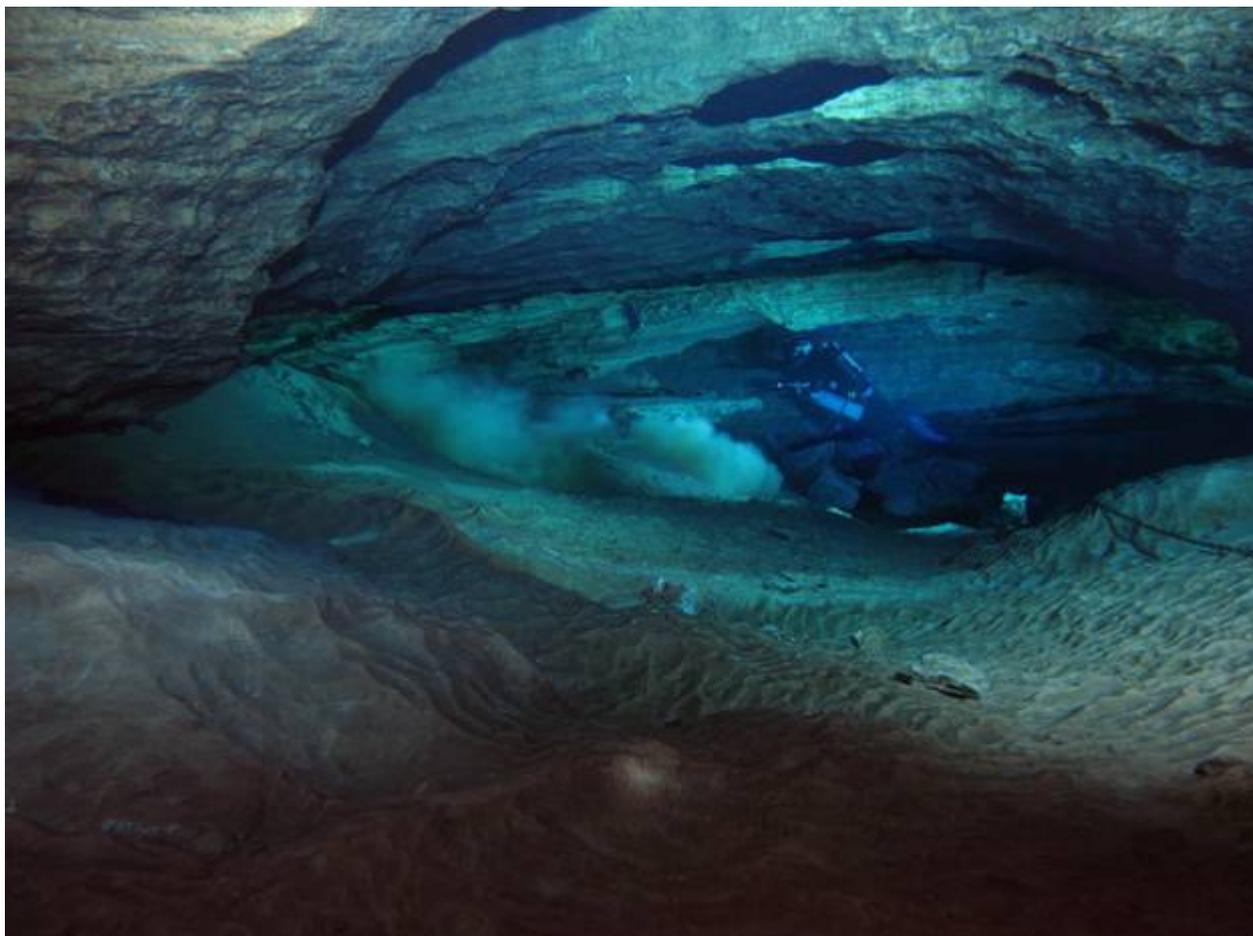
DESCRIPTION.

La résurgence s'ouvre dans un beau porche. Un barrage grossier, formé de quelques blocs, maintient en général, environ 50 cm d'eau dans la vasque.

A l'intérieur de la grotte on remarque un puits noyé récent, aux bords ébouleux. Ce nouveau passage a été ouvert en 1988 à l'occasion d'une crue, par l'éboulement d'un remplissage d'argile et de galets, formant le haut d'une cheminée.

Le trajet à emprunter est plus loin dans la belle diaclase creusée dans un calcaire blanc compact. Large de 50 cm à un mètre, elle mesure 15 m de hauteur. Le fond de cette diaclase est encombré d'éboulis, galets variés, charriés par la rivière.





La suite est en bas, en franchissant une étroiture descendante, difficile à passer en période de crue. Sa forme profilée l'a inmanquablement fait appeler « le venturi ». Le point bas de la cavité est situé à la sortie du venturi. On peut remarquer à cet endroit, au plafond une cheminée noyée.

La salle des vaguelettes, qui fait suite, affecte la forme d'un haricot. Haute de deux mètres environ, elle présente comme particularité principale d'avoir un sol orné de milliers de cupules encore appelées « coups de gouge ». Ceux-ci ont été creusés par la dissolution de la roche, par l'eau circulant. La dimension de ces cupules permet de calculer la vitesse de la rivière qui les a formées.

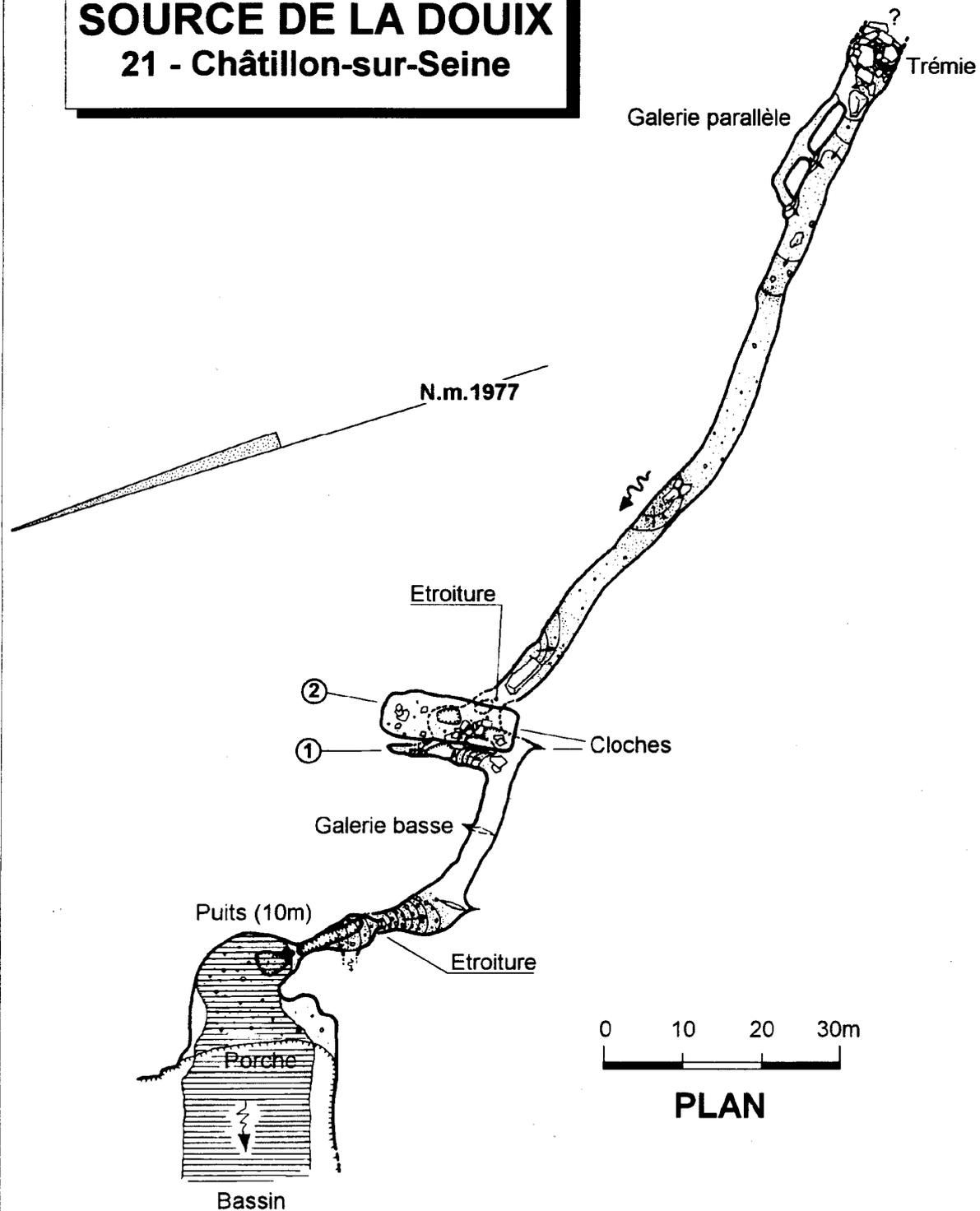
La première cheminée rencontrée conduit à une cloche respirable, mais malheureusement pleine d'argile, ce qui trouble rapidement l'eau.

Au fond de la salle, une diaclase perpendiculaire à celle de l'entrée mène également à une cloche, propre, donnant accès à un petit réseau exondé. Au pied de la diaclase on peut voir en son sol, des belles remontées de calcite à l'intérieur des fractures qui ont dû permettre le creusement de ce passage.



SOURCE DE LA DOUIX

21 - Châtillon-sur-Seine



Topographie : S.C.Dijon 1977 et 1993
 (P.Degouve, P.Kindt, P.Laureau, B.Le Bihan, et D.Lefebvre)

A - 6m, une ouverture ronde, typique d'un creusement sous pression (ou d'une roche très homogène), le « trou du hibou » permet d'atteindre après quelque contorsions, mais toujours capelé, la suite de la cavité. Là, le paysage change brusquement. Nous sommes dans une belle galerie au sol argileux (attention au palmage). Des lames de roches perpendiculaires à la progressions rythment ce conduit qui mène au terminus actuel : vaste trémie où plusieurs passages s'amorcent. L'un d'eux permet d'atteindre une cloche, un autre est le départ d'une galerie étroite qui rejoint au bout de 30 m la galerie principale.



Le développement total de la Douix est de 300 mètres, pour un cheminement de 180 m de l'entrée à la trémie terminale et une profondeur maximum de 17,3 mètres.



La Douix peut sembler une plongée facile, surtout en stage, surtout quand l'eau est claire, les phares puissants. Un plongeur est décédé en juillet 1995 derrière le trou du Hibou. Il est reparti dans la touille, chercher la sortie dans l'eau claire de la trémie. Réaction classique de panique. Je (Philippe Brunet) me suis égaré quelques secondes en décembre 95, dans la touille, lors d'un retour sans suivi du fil. Pourtant je connais « par coeur » cette cavité plongée plus de 50 fois, et que j'ai topographiée.

Faites attention, vous n'êtes pas encore autonome.

Photos Douix : S. Lissaragues

THÉORIE

Réservé aux stagiaires

LA PLONGEE SPELEO : UN ESPACE DE LIBERTE

Je fais de la plongée spéléo depuis 15 ans pour une seule et bonne raison : j'aime ça !
 J'aime cette sensation de glisser en apesanteur dans un monde minéral unique,
 J'aime ces mises à l'eau dans des endroits uniques et,
 J'aime par dessus tout le sentiment de liberté qui caractérise cette activité.

Cette liberté à un prix, elle demande au pratiquant d'assumer les risques liée à l'activité. Il ne faut pas se voiler la face : c'est une activité dangereuse. Elle a tué, tue et continuera à le faire. Le travail de formation sur les plongeurs non spéléo commence à payer. Il y a des articles dans les journaux de plongée, l'arrivée du « Tek » et de la plongée loisir en France participent à la prise de conscience du caractère particulier de l'activité. L'offre de stages d'initiation et de perfectionnement permet de mettre en garde les plongeurs loisirs et de former les plus motivés. Les plongeurs qui découvrent la plongée spéléo lors des stages vont être confrontés à un problème imprévu : la formation est axée sur le concept d'autonomie. On est seul, on prend ses décisions tout seul et on assume ses choix et leurs conséquences: la liberté totale. Etre seul et assumer ces choix ne veut pas dire pour autant! Être « nu ». Le chemin a déjà été en partie balisé, des standards ont été établis, des formations existent mais la décision finale de plonger ou pas n'appartient qu'à l'individu. Ce n'est pas un sport d'homme, c'est un sport d'adulte. C'est comme dans la vie, il ne faut de brevet pour élever des enfants. On a une « formation initiale », quand on se sent capable, on en fait un et après ... Mais la plongée spéléo n'est pas un cas unique en France parmi les activités sportives. En parapente le brevet de pilote n'est nullement obligatoire pour voler et accéder au site géré par la fédération. Il existe une formation et des écoles que je conseille vivement à tout novice car comme en plongée spéléo la possibilité d'apprentissage par l'échec est relativement limitée. Mais une fois que l'on a acquis suffisamment de pratique et un certain nombre de connaissances, rien n'empêche de voler en totale autonomie. En vol libre ou les conditions de vol sur le même site évolue en fonction des saisons et de l'heure de la journée, l'important est de connaître ses limites. Quand on commence à voler seul on repart d'un niveau en dessous de sa pratique école : les thermiques sont moins violents, on doute beaucoup plus des conditions, on prend une marge de sécurité plus grande mais on vole seul : on assume ses choix on est libre. Ce type de pratique recommandé par la FFVL n'est pas incompatible avec une poursuite de la formation. Comme en plongée spéléo un retour en stage perf permet de recadrer certaines pratiques déviantes, de découvrir dans un environnement sécurisé des techniques nouvelles ou de passer des seuils psychologiques!. Cette analogie pour ses deux activités considérées comme dangereuses par le grand public ne s'arrête pas là. En vol libre comme en plongée souterraine les sites sont libres d'accès : On ne demande ni brevet, ni certificat d'aucune sorte pour pouvoir pratiquer, on demande juste de respecter les règles du site et les riverains pour garantir la pérennité de l'activité. Ce système basé sur l'éducation des pratiquants fonctionne pas trop mal depuis des années et satisfait nos autorités de tutelle (ce qui n'est pas rien). En plongée spéléo, les vrais enjeux de l'avenir pour pouvoir maintenir cette pratique libre va être de savoir gérer la pression du nombre sans cesse croissant de pratiquants sur un nombre réduit de site et pas de mettre en oeuvre un cursus avec des brevets de plongeurs qui n'apporterons aucune garantie de sécurité.

Philippe Imbert

Président de la commission plongée souterraine
 Du Comité Spéléologique Ile de France



COMITE SPELEOLOGIQUE ILE DE FRANCE (COSIF)
COMMISSION PLONGEE SOUTERRAINE

130 rue Saint Maur 75011 Paris

