

Si vous ne pouvez pas visualiser correctement ce mail, consultez le en ligne [Cliquez ici pour le voir en ligne](#)



Section Plongée Sous-marine
20-22 avenue des Pebrons
13008 Marseille

LEMORSE

Numéro 284 - Janvier 2025



Marseille-Sports Loisirs Culture
Siège Social
40 avenue de Garlaban
13012 Marseille
www.mslc.fr

Première plongée de l'année au club

Le samedi 4 janvier, 22 plongeurs sont au club, on aurait pu être plus mais certains sont restés au chaud à la maison avec une grippe carabinée. Et comme toujours il y a notre mascotte Gégène qui est là pour nous encourager à plonger malgré le froid qui pique ce matin.

Nous nous moquons de Paul le skippeur plongeur de Madagascar et ami de Martine et Mario, qui se demande s'il va résister aux 14°, voire 13° de l'eau.

Henri, comme très souvent, est allé chercher le Morse aux Goudes accompagné de Mohamed.

C'est le départ pour 16 plongeurs aux Moyades, l'eau n'est pas très claire et on pense que les poissons ont aussi froid que nous, ils sont moins nombreux. Ceci dit on verra quand même des bancs de corbs, de barracuda, des mérours, des chapons, et même certains verront un thon.



Martine fera pour la première fois sa plus courte plongée, car son binôme Paul habitué au 27° de température, va siffler sa bouteille en 25 minutes.



De retour après le réconfort d'une bonne douche bien chaude, on passe aux agapes, Luc nous a amené les restes de toast de la collation d'Antoinette (sa belle-mère décédée, incinérée la veille), dont de nombreux plongeurs on profiait de sa maison Corse) .



Martine et Mario partagerons aussi des restes du riz d'une paëlla arrosée, pour les fans, d'une sauce de pieds paquets. Et il y aura encore et encore le partage de plein d'autres petits plats préparés par nos autres plongeurs.



Tous attablés sur notre belle terrasse, on commence bien l'année 2025.

Jeudi, 23 Janvier 2025

Samedi 18 janvier, TIV et Plongée

Il fait froid mais le cœur y est, c'est la journée des TIV du club, Marc, Mohamed, Jean Pierre Parcy, Jean Luc Pessonneaux et Gégène vont s'y atteler, alors que les autres vont plonger aux Arches de Plane. Dans l'équipe nous accueillons Bruno un copain de Stéphane , MF1 bien sympathique et très efficace qui, nous l'espérons, va adhérer au club.



Miria et Gérard nous rejoignent après leur entraînement de natation, ainsi que Sandrine qui nous a concocté des pâtes au rôti de porc.

Ecore une jolie ambiance dans le partage et la joie.

Quelques images de Martine avec un petit jeu.

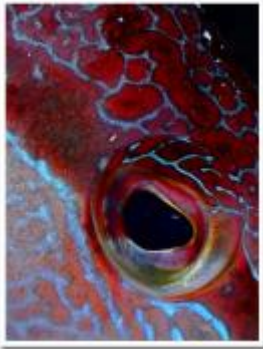
A qui appartiennent ces yeux ?

A_ Anthias

B_ Girelle

C_ Serran écriture

D_ Triptérigion rouge



Jeudi, 23 Janvier 2025

Championnat mondial de Nage en eau glacée de nos 2 plongeurs

Du **14 au 18 janvier**, s'est déroulé le championnat du monde de nage en eau glacée, avec des nageurs talentueux et des conditions extrêmes (Température de l'eau 2°). Il a eu lieu en Italie, à **Molveno** une [commune italienne](#) d'environ 1100 habitants située dans la [province autonome de Trente](#) région du [Trentin-Haut-Adige](#) dans le nord-est de l'[Italie](#).



Plus de 700 nageurs de plus de 45 pays se sont réunis, bravant les eaux glacées pour l'amour de la baignade et la force de la communauté.

Deux de nos plongeurs du club ont participé brillamment à ce championnat.

Témoignage de Marie Noëlle d'ONOFRIO

« Hier dernière journée de championnat où j'ai nagé le 50 m crawl dans une eau à 2° avec du vent, déçue de ma nage, encore une fois partie trop vite toujours pour éviter de rester le moins de temps dans l'eau ce qui me fait perdre de l'énergie en fin de course, y a qu'à voir sur les photos je suis HS. Il faut que je travaille la dessus afin de mieux gérer ma nage, mais suis quand même contente d'avoir pu me surpasser à nager dans une eau glaciale. Ça a été une superbe semaine de compétition avec des moments de partage, des émotions des rires aussi bien avec la team Nage Evasion qu'avec les retrouvailles de certains des compétiteurs étrangers et de nouvelles rencontres.





Jeudi, 23 Janvier 2025

Le site est super beau avec un magnifique Lac et la région des Dolomites vaut le coup d'œil

Merci à toute la team de Nage Evasion de m'avoir donné des conseils et encouragée, au coach Jacques Tuset qui nous a guidé tout au long de ces championnats.

Les prochains championnats du monde auront lieu à Megeve dans 2 ans ?.... »

[Témoignage de Laurent MERET](#)

« C'est avec une grande tristesse que sonne le Clap de fin [Molveno 2025 – IISA 6th Ice Swimming World Championship](#)

Nous avons tellement passé une semaine exceptionnelle, un site merveilleux, un temps resplendissant, de belles rencontres de nageurs aux grands cœurs, une organisation (on en discutera plus tard) que mon 50 M de ce matin reste anodin. Je donne rdv à mes amis les plus lointains dans deux ans à Megève pour le 7ème championnat du monde et pour les plus près rdv au [Défi du lac bleu](#) à la mi-mars.



Prenez soin de vous.
Vivons nos rêves.
Ne rêvons pas notre vie... »





Un samedi de fort vent de sud-est

Par ce jour de fort vent de sud-est et une mer démontée, la deuxième journée TIV des bouteilles de plongée du club va commencer.

Jean Pierre regarde sur l'ordinateur du club, les blocs qui reste à faire, alors que François, Luc, Momo et moi sortons le "Toïne" pour faire de la place pour ces inspections visuelles.



Sur nos 85 adhérents que quelques Morses téméraires, ont répondu présents, voir sur les photos.





Remy arrivant au bout de quatre mois d'absence, comme à son habitude avec les moules, je me suis mis au travail pour faire les moules marinières sans l'oignon des petites cébettes, du persil et des gousses d'ail dans l'huile. Et avec tout cela, j'ai réussi à faire un plat gourmand.



Dimanche, 26 Janvier 2025

La montagne de la Vautubière

Culminant à 634 mètres, la Vautubière domine le Val de Durance et coiffe le plateau de Bèdes. Cette montagne de forme allongée, à l'allure de petite Sainte-Victoire, domine la campagne entre Rians et Jouques. Dans son nom, on entend du Provençal : la Vau tubière... La montagne aux vallons enfumés car y flottaient les brumes des charbonnières où les bousquetiers produisaient le charbon de bois.

Autrefois, le bois était dans nos régions la principale, sinon la seule ressource qui répondait aux besoins de chauffage domestiques et industriels. Aucune espèce n'échappait à la coupe.

Aujourd'hui, Vautubière est connue en Pays d'Aix pour sa vigie d'où la vue s'étend vers la Sainte-Victoire, la montagne de Concors et la vallée de la Durance, remonte sur les Alpes et le Vaucluse. Cette position la place dans le réseau des vigies anti incendies Marinas, Concors, Vautubière et de la Croix-de-Provence.

Le rendez-vous est fixé sur un parking au hameau de Bèdes d'où nous rejoignons le point de départ qui se trouve à 100 mètres du Domaine Notre Dame.

Un grand champ d'oliviers marque le départ de la randonnée.



Nous empruntons un chemin qui monte rapidement mais de façon assez régulière entre garrigue et pins. De temps en temps, la vue se dégage, permettant de bien voir la Sainte Victoire et la vallée de la Durance.



Arrivés au sommet, nous virons à gauche pour atteindre la vigie qui se situe à une cinquantaine de mètres.



Nous poursuivons au Nord-Ouest sur la crête de la montagne de Vautubière. On reste en balcon avec une vue à 360° sur le Lubéron et derrière le Ventoux ainsi que la montagne de Lure, le haut et bas Verdon, le Dévoluy.



De l'autre côté, la Sainte Victoire, la Sainte Baume, le Mont Olympe.



Lorsque nous avons atteint l'extrémité de la crête, nous revenons sur nos pas, entamons la descente par une piste DFCI et nous mettons en quête d'un endroit à l'abri du vent pour déjeuner.

Après nous être restaurés, nous reprenons la descente. Plus bas, un vieux cyprès isolé au milieu d'une végétation autochtone laisse deviner qu'une ancienne ferme doit se trouver dans les environs. C'est le domaine de Tanlire qui apparaît après une centaine de mètres. Nous restons sur la piste qui longe de belles vignes puis traverse les grandes et belles oliveraies du domaine de Lingouste et atteignons notre point de départ.



Geneviève MARTIN

Mardi, 4 Février 2025

Publication: Marseille Sports Loisirs Culture - Section Plongée
Dépôt légal: site web à parution - Numéro ISSN : [1629-3444](#)
Reproduction totale ou partielle et diffusion interdite sans accord écrit du bureau

[Vous désabonner du mailing Le Morse Se désinscrire](#)