

Jeter-vous à l'eau

Le COMA Plongée d'Argenteuil (Val d'oise) a ouvert depuis 2 ans une section handisport affilié par la Fédération Française Handisport (FFH). Depuis lors, plusieurs personnes sont venues faire un baptême assisté par des moniteurs de plongée spécialisés à la pratique handisport.

3 d'entre elles, tout handicap confondu, ont rejoints le club. Leur volonté et ténacité leur a permis non seulement de plonger quasiment chaque semaine, mais de plus de pouvoir suivre des formations et passer des niveaux avec succès.

Mal connu, la plongée, valide ou non, est un loisir sans aucun esprit de compétition. Les entraînements qui ont lieu en piscine permettent ensuite de se retrouver en mer, pour partager tous ensemble un grand moment de convivialité. En effet chaque sortie en mer est accessible aux handis du club. Cette année, pour l'un la Martinique, pour un autre Marseille.

Plonger ensemble cela veut dire, handi, leur moniteur et des plongeurs valides dans la même palanquée. On partage donc les mêmes aventures, on voit les mêmes choses, l'intégration est complète. La plongée, on en parle avant mais surtout après. C'est l'occasion de raconter ces dernières rencontres, des comatules, éponges bariques ou phosphorescentes, équinoïdermes, murènes, langoustes ou encore des tortues. Vous voyez je ne peut plus m'arrêter. Les cours bio peuvent aussi vous intéresser.



La section handi, via un encadrement spécifique. A ce jour, c'est 6 moniteurs C1 et C2 agréés par la FFH. Cela permet en toute sécurité :

- De prendre confiance en soi à son rythme,
- De réapprendre à nager,
- D'apprendre à se déplacer en fonction de son handicap et à maîtriser sa ventilation.
- De retrouver une liberté de mouvement facilité par le milieu liquide.

La piscine met à disposition :

- 2 bassins de 25 m de long,
- 2 fosses d'entraînement 4 et 10 m de profondeur,
- 3 fauteuils roulants,
- des vestiaires et douches accessibles,
- et un ascenseur pour accéder aux bassins.
- Un fauteuil hydraulique permettant la mise à l'eau seul

Le club est agréé par la FFESSM. 130 adhérents qui pratiquent la plongée, la nage avec palmes, l'apnée et pour certains la BIO ou la photo sous-marine. Le club organise chaque année des sorties en mer, en eau douce, une soirée annuelle et bien d'autres activités tout au long de l'année. Pour plus d'information <http://comaplongee.free.fr/>.

Vous hésitez encore, pas de souci, vous pouvez simplement venir tenter l'expérience pour un baptême d'environ 20 minutes. Vous demandez à votre médecin traitant un certificat médical, vous vous munissez d'un maillot de bain et d'une serviette et nous faisons le reste.

Prenez contact avec :

Pascal MIGNANT

Président du COMA Argenteuil Tel 06 81 41 34 45