

# ean : On replonge ! de »



te Hugo  
l'ensemble des  
munautaires avon-  
ains ».



De la plongée ou du hockey subaquatique ?  
Choisissez votre activité sous-marine

## ANFA



noe-kayak@hotmail.com

Pendant la pré-rentrée de l'association de plongée de Fontainebleau-Avon, l'occasion fut donnée aux personnes cherchant une activité aquatique de découvrir ce que l'ASSAB offre : plongée bouteille et hockey subaquatique.

Les formations proposées vont du niveau 1 de plongeur jusqu'au monitorat fédéral. Le cursus est plus ou moins long selon le diplôme choisi.

Le hockey, quant à lui, ne demande pas d'aptitude spécifique si ce n'est savoir nager.

Il se joue à l'aide d'une crosse et les hockeyeurs sont pourvus, pour se déplacer en apnée, de l'ensemble palmes, masque et tuba. Le principe du jeu est d'envoyer un palet plombé dans les buts adverses.

Depuis octobre, l'ASSAB a repris pour tous ses membres l'enseignement de la plongée et l'entraînement de hockey. Les membres de cette association sont bénévoles.

Ils transmettent leur technique et leur expérience de la plongée

avec aux néophytes. La plongée bouteille ne requiert de compétences particulières.

L'apprentissage se fait progressivement, en adéquation avec le profil de chaque élève. Selon le niveau choisi, le futur plongeur effectuera sa formation en piscine et en milieu naturel. Au printemps 2009, des sorties dites d'explorations ou techniques seront organisées.

Elles permettront de mettre en pratique la formation dispensée à la piscine ou bien de continuer cette formation en milieu naturel afin de la valider. A ce jour l'association regroupe cinquante deux adhérents.

Il n'y a pas de limite d'âge puisque le doyen a soixante-douze ans. Il y a même une famille entière incluant trois générations de plongeurs !

Renseignements :  
<http://membres.lycos.fr/assab> ou  
au 06.69.29.05.72.

de  
Ecc  
sière  
ment a  
te, 75 r  
32 F  
Artill  
Noir, ch  
Servic  
gade ave  
plet, quat  
7' Drag  
Cavaler  
de Vauqu  
en particu  
Le 46° d  
ne Reully à  
Deux aut  
caserne Dar  
Un bata  
Infanterie  
posée :  
L'Avon en t  
L a garnison  
notre cl  
Alors  
Fon