

## MCI-MLB Service technique

---

**De:** LAURENT Matthieu [mlaurent@mci-mlb.fr]  
**Envoyé:** lundi 30 mars 2009 23:54  
**À:** 'mlaurent@mci-mlb.fr'  
**Objet:** 21-22 mars : sortie à Ploumanac'h  
**Pièces jointes:** image001.jpg; image002.jpg; image003.jpg; image004.jpg; image005.jpg; image006.jpg; image007.jpg; image008.jpg; image009.jpg; image010.jpg; image011.jpg; image012.jpg; image013.jpg; image014.jpg; image015.jpg; image016.jpg; image017.jpg; image018.jpg; image019.jpg; image020.jpg; image021.jpg; image022.jpg; image023.jpg; image024.jpg; image025.jpg; image026.jpg; image027.jpg; image028.jpg; image029.jpg; image030.jpg; image031.jpg; image032.jpg; image033.jpg; image034.jpg; image035.jpg; image036.jpg; image037.jpg; image038.jpg; image039.jpg; image040.jpg; image041.jpg; image042.jpg; image043.jpg

Salut à tous

Ahlala c'est la débordade totale ...

Enfin je n'ai qu'une semaine de retard ...

Le week-end du 21-22 mars, avec Michel, on allait tester nos nouvelles combinaisons de plongées (étanches) et surtout former Michel à l'utilisation un peu particulière de celles-ci.

Floriane et Françoise (la femme de Michel) étaient de la partie.

Départ dans l'après-midi de Vendredi.

Peu de monde, mais on est impressionné par le ciel bleu immaculé, de chez nous jusque Perros-Guirec.

Au passage, un petit arrêt s'impose dans notre magasin fétiche : Saint Briec Plongée.

On arrive chez les parents de Michel et hop direction la plage de Trestraou pour manger un petit repas de crêpes.

On ne se couche pas trop tard, après avoir préparé notre matériel : demain on démarre tôt.

Au réveil, petit dej rapide et on file vers Ploumanac'h et sa célèbre cale de la SNSM. En effet on accède à un parking avec une partie aménagée pour les plongeurs, juste à côté de la cale (descente avec des rails, qui permet la mise à l'eau rapide de la vedette de la SNSM)

On utilise cette même rampe pour descendre dans l'eau, à tout moment de la marée : c'est pratique.

La crique abritée de la cale permet de plonger de 0 à 40m.

Ce matin on se contentera de 35 minutes d'exercices de stabilisation, de remontée et de déplacement horizontal dans la zone des 20 m.

Il fait super beau. L'eau est à 9°. Heureusement avec nos combinaisons étanches, on n'a pas froid.

Par contre, quelques binôme et un club de plongée sont là mais avec des combinaisons humides.

Pendant que nous plongeons, les femmes se baladent sur les chemins douaniers.

C'est une des parties les plus belles : en pleine région du granit rose.

A la sortie, on se change vite fait et on rentre chez Michel, non sans passer à Perros-Guirec faire gonfler nos blocs.

On si fixe sur une après-midi Randonnée à Ile Grande. On repart donc rapidement vers Trebeurden, situé a une quinzaine de minutes de la : on profitera de l'occas pour dire bonjour à Allan du centre de plongée fédéral, et pour admirer leur nouveau bateau. Alan nous confirme les conditions exceptionnelles rencontrées le matin : 20 m de visi sous l'eau, du très très rarement vu.

Un petit tour de la presqu'île pour s'ouvrir l'appétit avant de se régaler avec une bonne pizza aux fruits de mer et St Jacques.

Comme prévu, on profite ensuite du super soleil et du ciel bleu pour faire le tour de l'ile grande.

Les paysages sont vraiment au rendez-vous.

On prend notre temps pour en profiter. On mettra entre 2h30 et 3h.

Le soleil est tel qu'on décide d'organiser un petit thé dehors à 18h passé. On l'accompagne avec une autre spécialité bretonne : le [Kouign Aman](#)

C'est alors plutôt temps calme : le repos des guerriers.

Le soir c'est encore soirée plaisir : on s'arrête sur un nouveau bar - lounge -restaurant sur la croisette de Trestraou : un énorme plateau de fruit de mer pour les hommes, un repas plus léger pour les femmes.

Ensuite (on ok il a fallu 1h30 pour venir a bout du plateau de fruits de mer, mais on a été sérieux, on n'a pas pris de dessert MDR) c'est dodo : demain on remet ça.

En effet le programme du dimanche est similaire. La météo un peu moins bonne : il y a un peu de vent et le ciel est gris.

On part avec Michel pour une plongée de 50 minutes sur 34m. L'apprentissage continu en exploration cette fois-ci. Il faut réapprendre son positionnement dans l'eau. Pas facile !

Les femmes feront l'autre coté du douanier.

A la sortie, en levant la tête, on remarque 3 parapentistes qui jouent avec le vent qui bute sur la falaise. Les femmes nous confirment les avoir pris en photo.

Le dernier repas approche. On test un bon restaurant de poisson sur le port.

On traine un peu a table et pendant ce temps la, le temps ce lève. Maintenant c'est comme la veille : soleil et ciel bleu.

On part pour une bonne heure de balade autour de la presqu'île Renote.

C'est encore différent, avec plus de roches granitiques. On joue a "a quel animal ressemble celle-là ?"

Bon

Il va falloir penser à rentrer.

C'est déjà dimanche fin d'après-midi.

On rentre fermer la maison et charger la voiture et voila

C'est la fin de ce super Week End :

On a bien plongé, bien marché, très bien mangé et bu juste ce qu'il faut, le tout sous un temps superbe et en se marrant : bref un très bon week-end

Vivement le prochain !!!

Matthieu

Dit le gourou

Plein de photos sur [www.legourou.net](http://www.legourou.net)

9h Cale de Ploumanac'h : il fait super beau temps



On se prepare



Pratique comme accès



Et mise à l'eau



Les femmes se baladent sur les chemins douaniers





Nous voila de retour



Balade a Trebeurden



Passage vers l'île Milleu



Le nouveau bateau du CAP





Arrivée à Ile Grande



Empilement de galets



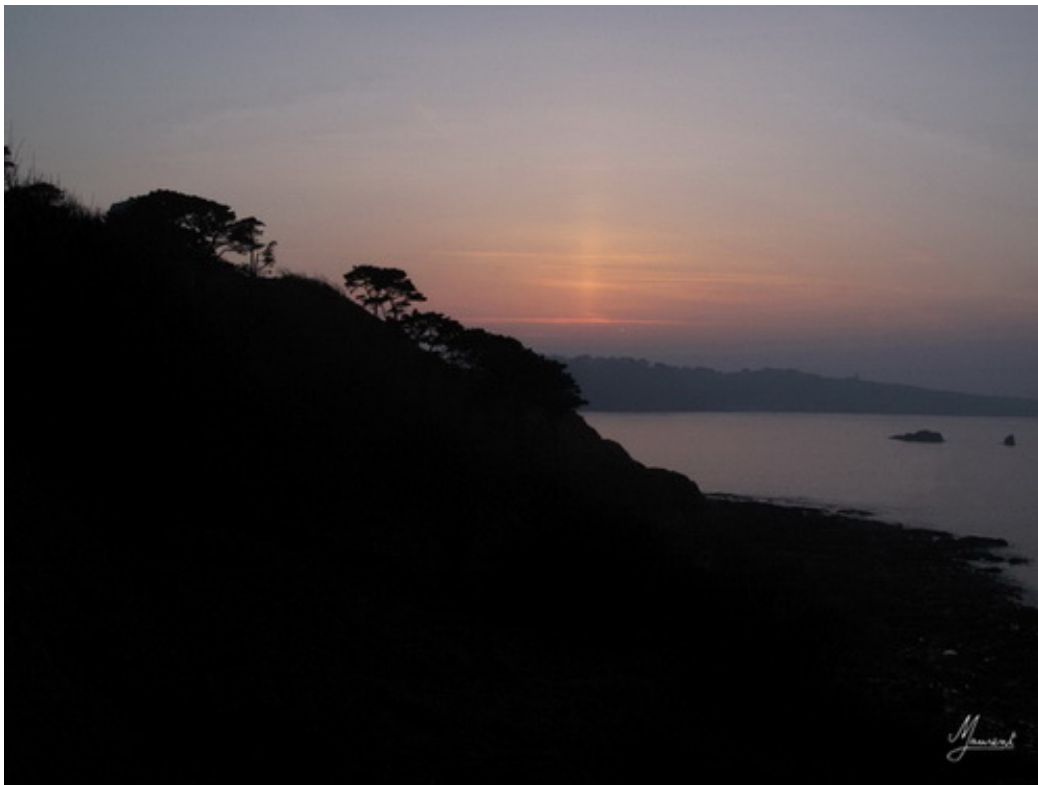
Elle est belle la lande



Presque 18h30 : petit thé au soleil



La il s'est couché



Plateau de fruit de mer (pour les 2 hommes)



Devinez ce que c'est ...



Dimanche matin : c'est reparti







C'est plus gris et moins calme



Dernière vérification



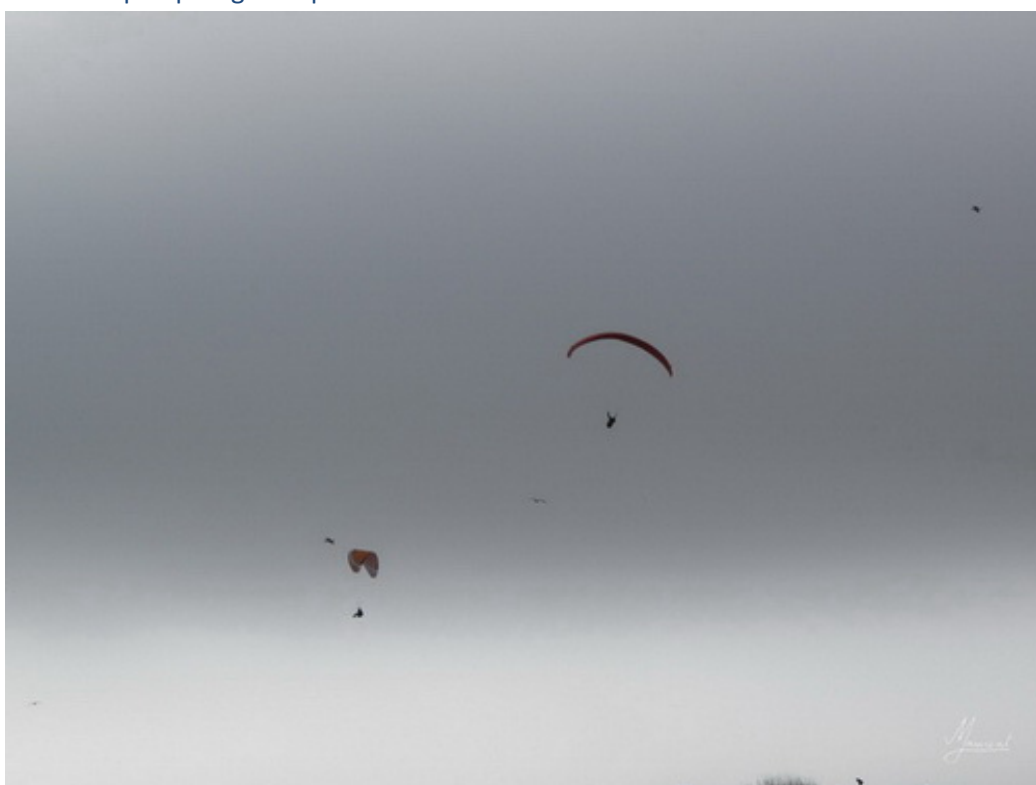
Et plouf



Les couleurs sont quand même sympas dans les douaniers



Le ciel un peu plus gris et puis ... de drôles de mouettes volent





Nous r'voilà après 50 minutes à 34m dans l'eau à 9° : nickel



Il est gonflé lui



Jolie sculpture de Saint Pierre



Le soleil temps est de retour



Ajoncs d'or





Petite roche



Mister Michel



Michel, Françoise et Floriane



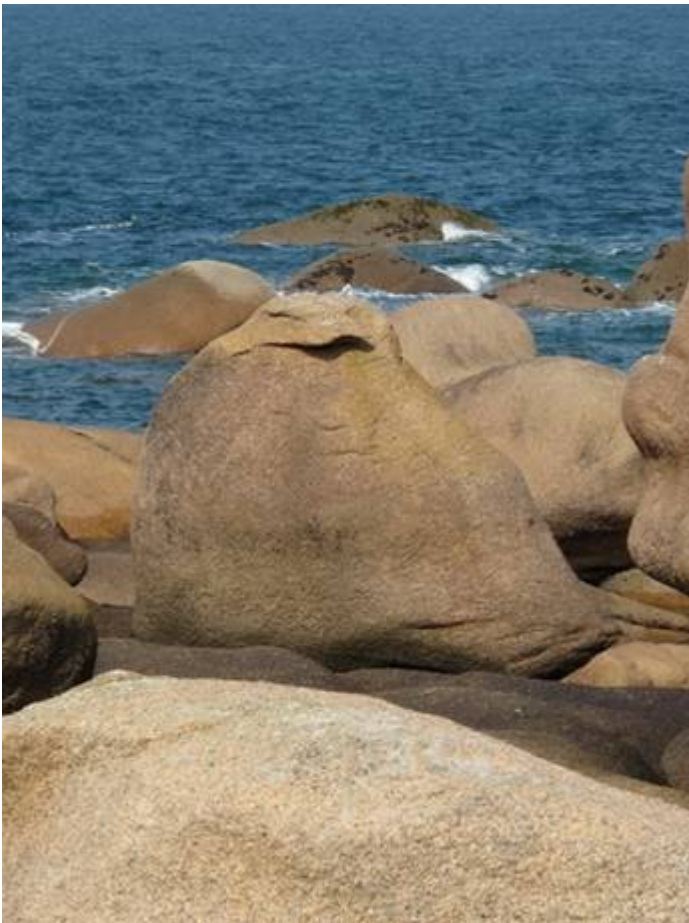
un dauphin ou un orque ?



Une tête d'indien



Un aigle



Joli roche et en bas un phoque



Pas mal comme maison

