

<https://www.broceliandesub.com/?Les-Disciplines-de-l-apnee>



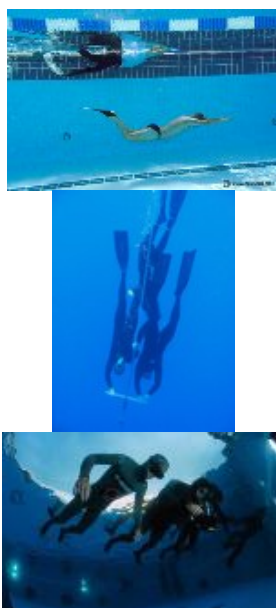
Les Disciplines de l'apnée

- Apnée -

Date de mise en ligne : mercredi 10 octobre 2007

Copyright © Brocéliande Sports Subaquatiques - Tous droits réservés

Depuis des millénaires, l'homme est attiré par les profondeurs de l'eau et rêve d'y nager comme un poisson. Pour des besoins alimentaires ou à des fins militaires et, aujourd'hui pour son propre plaisir, l'homme a dû apprendre à maîtriser différentes techniques pour se maîtriser sous l'eau.



Il existe six disciplines de l'apnée qui ont été développées au cours de ces dernières années.

- Le poids constant : le plongeur descend à sa profondeur maximale à la force de ses jambes le long d'un filin et sans le toucher, puis il remonte de la même façon. C'est la spécialité la plus significative pour l'apnéiste.
- Le poids variable : le plongeur utilise un lest de 30 kg maximum pour descendre et doit remonter en s'aidant de ses propres moyens.
- No limit : le plongeur atteint la profondeur maximale avec un lest de poids illimité et la remontée se fait à l'aide d'un ballon (ascenseur). La difficulté de cette spécialité est la compensation due à la pression hydrostatique très forte en grande profondeur.
- Immersion libre (ou free apnée) : le plongeur descend sans palmes en s'aidant du filin et la remontée s'effectue de la même façon.
- Apnée statique : le plongeur reste le plus longtemps possible sous l'eau dans n'importe quelle position pourvu que les voies respiratoires soient en immersion.
- Apnée dynamique : le plongeur doit effectuer la plus grande distance en immersion à faible profondeur (habituellement fait en piscine) avec ou sans palmes.