



# LE PARADIS SOUS MARIN

**Traversée de Lyon  
à la nage avec**



**P  
S  
M**



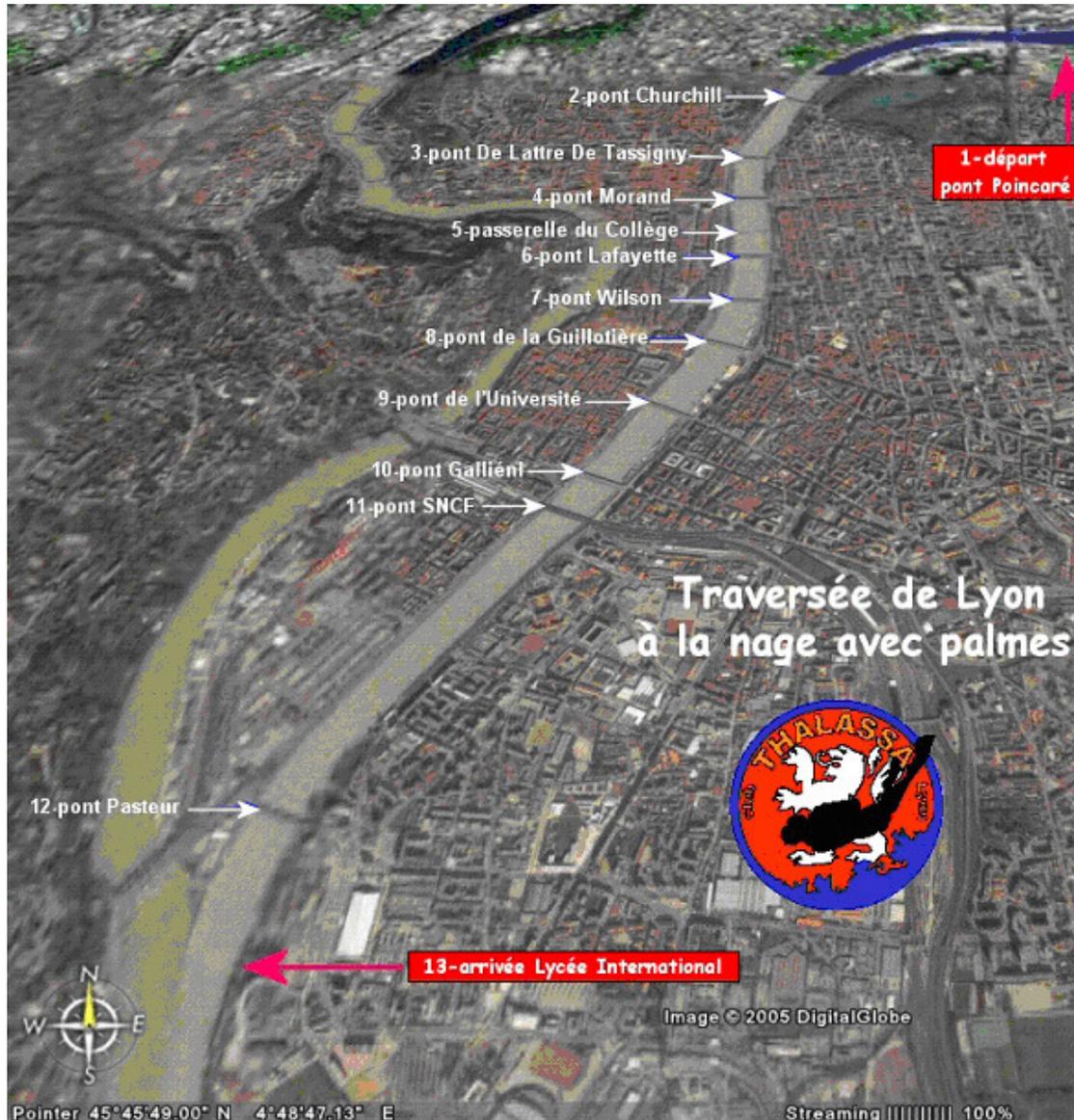
**Organisé par le club  
Thalassa  
Le 23 janvier 2011**



# Traversée de Lyon à la nage avec palmes

## Organisé par le club Thalassa 23 janvier 2011

### Plan



### Horaires

de 8h30 à 9h20	<b>Retrait des dossards à la Cité Scolaire Internationale (CSI)</b> 2 place de Montréal 69007 LYON <b>Vestiaires collectifs pour se changer et y laisser ses affaires pendant la course</b> ne pas y laisser d'objets précieux (le Club Thalassa décline toute responsabilité en cas de vol)
9h30 précises	<b>Départ de la CSI,</b> transfert en bus TCL vers le point de départ de la course
10h00	<b>Départ de la course</b> en amont du Pont Poincaré, sur la rive gauche du Rhône  3 départs décalés de 10 min. en fonction des dossards
de 10h00 à 11h45	<b>Arrivée à 300m après le Pont Pasteur,</b> une collation vous y attendra (café, thé, chocolat, jus de fruit...) <b>Des douches sont disponibles à la CSI</b>
13h00	<b>Annonce des résultats et remise des prix, à la CSI et apéritif offert</b>

# ***La course vue par le PSM***

Un groupe s'est formé à l'initiative de Jojo pour faire cette traversée :

Joëlle, Frédérique, Géraldine, Gino, Hervé et Patrick.

Et les supporter :

Philippe, Sylvie et moi-même pour la durée de la course.

A l'arrivée la maman de Joëlle, toute la famille de Patrick, Guylaine et Jean Pierre et d'autres que je n'ai pas vus.

La journée a commencé par le rendez-vous au local à 7h45 par -4°, pour Jojo, Fred, Hervé, Gino, Patrick et moi-même. Nous prendrons le Rodius de Jojo, il a sept places.

Géraldine nous retrouve à la Cité Scolaire Internationale pour la remise des dossards.

Cela nous permet de retrouver des connaissances comme Patrice Lamarzelle, Stéphane Verthuy un ancien du club, le club du Golden qui nous a fait un baptême de descente en eau vive et bien d'autres.

La remise des dossards faite et après le petit café offert par le club Thalassa l'organisateur de cette épreuve, chaque compétiteur est en tenue de plongée pour affronter les rigueurs des températures (extérieure -4° au départ et celle de l'eau 4°) pendant près de 2 heures. Nous reprenons le Rodius pour aller au départ au nord de Lyon au pont Poincaré. Normalement des bus sont prévus pour ce trajet mais limite en nombre de places.

Le trajet se fait sans problème majeur, sauf pour trouver le départ qui n'est pas repéré par un panneau, heureusement nous avons aperçu un cameraman de TLM au bord du Rhône qui attendait tout seul, nous lui avons demandé s'il connaissait le lieu du départ de cette épreuve et nous ne nous étions pas trompés, nous étions les premiers sur le lieu de départ, le coup d'envoi est prévu vers 10h, nous avons ½ heure pour se préparer, ce qui permet à chacun de trouver la meilleure solution pour se protéger du froid dans l'eau. Certains s'enduisent de graisse sur le visage, les pieds. D'autres, c'est le cas du PSM, de mettre des petits sachets chauffants sous les pieds dans les gants et sur le corps (durée environ 45 minutes). D'après nos calculs ils vont rester au moins 1 heure 30 dans le Rhône.



Le groupe du PSM au départ pont Poincaré, et leurs supporters.



## ***La préparation***



***Le groupe PSM***



**Mise à l'eau**



**Le départ**



**Passage au 1<sup>er</sup> pont (Churchill)  
(Université)**



**Passage au niveau de la piscine**

De la part des reporters "**Jean Pierre et Guylaine**".

Nous sommes partis de la cité scolaire internationale et avons remonté les berges du Rhône à pied à la rencontre des nageurs.



Le premier nous l'avons rencontré avant qu'il ne passe le pont Pasteur à 500 m de l'arrivée à 11H moins 10 environ, dans un style parfait et soutenu, en mono palme accompagné de son coach en kayak suivi à quelques minutes par 5 autres compétiteurs, tous en mono palme

Ensuite un vide important avec des nageurs isolés.

Nous sommes remontés jusqu'au pont Gallieni où arrivait déjà à notre hauteur un groupe important avec beaucoup d'hydro speed

Ne voulant pas manquer l'arrivée de nos courageux nageurs du PSM, nous avons fait demi-tour et regagné l'arrivée, très impressionnés par tout ce courage, dans ce froid polaire malgré un soleil éclatant. Tout au long du chemin nous avons encouragé les nageurs sans distinction, car impossible de reconnaître quiconque, beaucoup à ce niveau de la course étaient encore bien placés dans le milieu du Rhône pour prendre le courant donc impossibles à reconnaître sauf par les numéros de dossard ..... Sur les tubas.....Nous avons aussi fait l'information du public, nombreux ce matin là sur les berges et pas nécessairement au courant de l'épreuve.



Les canards et les cygnes qui étaient eux aussi remontés sur les berges, se demandaient bien quels étaient ces fous venus troubler et envahir leur domaine.



Enfin nos nageurs arrivent, heureux et fiers d'en avoir terminé, bien en forme quand même malgré le froid et la fatigue, ils parlaient déjà de l'an prochain.....

Enfin quelle ne fut pas notre surprise de voir Fred conclure le reportage de TLM à 20 h30, laissant ainsi le mot de la fin à notre ambassadrice de charme du PSM.

***Guyline***

## ***Arrivés ouf !!!***



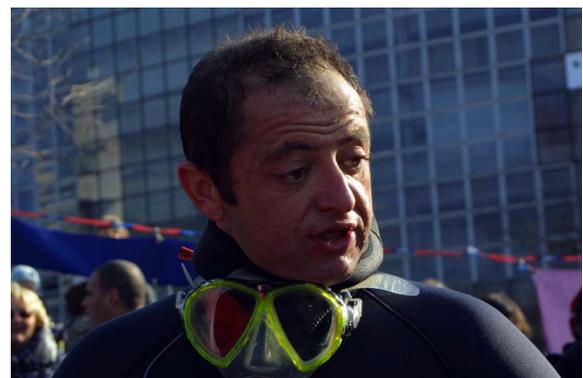
***Patrick***



***Joëlle***



***Gino***



***Hervé***

***Vue de la participante « Géraldine Pochon » sur l'épreuve***

6h45 la sonnerie du réveil me sort péniblement des bras de Morphée.

Pendant quelques secondes je me demande quel jour nous somme; c'est dimanche, pourquoi je me lève si tôt??!!

Mais oui c'est vrai, aujourd'hui hui je participe à la descente du Rhône à la palme.....

Température extérieure: -5,6°, heu, on risque bien d'avoir froid!!! Et l'eau elle va être à combien? Peu importe, je me motive en pensant à mes 5 autres comparses qui se préparent comme moi pour cette folle épopée.

Je me rends sur notre lieu de rendez-vous à la cité scolaire; là je vois les autres concurrents avec ou sans hydro-speed, certains les yeux encore hagards, les autres bien déterminés à améliorer leur temps de l'année précédente !

Je retrouve Joëlle, Frédérique, Patrick, Gino et Hervé les 5 autres "fêlés", accompagnés de notre chaperon du jour Dédé.

Après un bon café chaud, nous allons nous équiper de nos souris, combines et autres chaufferettes, enfin tout ce qui peut nous être utile pour affronter le froid qui nous attend !

Enfin prêts, nous voilà partis au point de départ situé au pont Poincaré, en voiture c'est assez rapide malgré un petit détour ;-) comme nous longeons le Rhône nous nous rendons compte que cette année il ne faudra pas trop compter sur le courant, à certains endroits on aurait dit une mer d'huile !

Nous sortons 2, 3 bêtises, les rires fusent mais les têtes sont ailleurs: "vers quelle galère nous dirigeons-nous ?"

Arrivés à destination, petite photo souvenir puis nous attendons l'heure de départ ; et enfin le moment tant attendu arrive.

Nous rejoignons tous la berge, puis c'est le top départ, 95 nageurs se jettent à l'eau, le froid saisit le peu de visage non couvert mais qu'importe il faut avancer.

Rapidement, très rapidement je me retrouve seule dans l'eau, je vois petit à petit disparaître à l'horizon les nageurs, mon tuba prend la flotte au bout de 5/6 aspirations..... là je me dis : " mais qu'est ce que je fais ici, je vais vraiment galérer !!!" mais je continue de nager coûte que coûte, alternant le crawl et le battement de jambes sur le dos lorsque j'en ai marre de boire l'eau du Rhône! Je n'ai pas froid, c'est au moins la bonne nouvelle du moment !



Je passe le premier pont (comme tous les suivants d'ailleurs) sur le dos, c'est sympa de le voir sous cet angle là ! J'en profite pour regarder derrière moi et aperçois au loin une horde d'hydro-speed tous en ligne; je sais que bientôt je ne vais plus être seule même si ce ne sera que pour peu de temps.....

En effet je me fais vite rattraper, puis dépasser, puis larguer



Je sais qu'il y a 11 ponts mais je ne les compte pas, je suis contente quand j'en passe un et me fixe l'objectif d'atteindre le suivant;

Je ne sais pas où j'ai trouvé la motivation d'avancer encore et encore, car seule au milieu de Rhône, avec un canoë de temps à autre ou un bateau qui t'envoie ses vagues, ce n'est vraiment pas évident d'avancer !

Je n'ai aucune idée de l'heure, je vois au loin les ponts que je dois passer, j'essaye de me situer par rapport au parcours, puis à ma grande surprise je rejoins un groupe de nageurs, une jeune fille a beaucoup de mal à avancer et ses amis sont là pour la soutenir ; il y en a même un qui la tracte comme un mannequin !!

Alors j'ai un petit espoir, peut être ne finirais-je pas dernière ?!

Espoir de courte durée puisque le petit groupe a rapidement repris le large ; mais malgré tout j'ai repris du courage et je me remotive pour continuer d'avancer.

Puis enfin je passe le pont de Perrache, je sais que là il me reste un dernier pont et ensuite c'est l'arrivée, j'y suis presque, je vais peut-être bien réussir ce pari fou !

Je savais que la distance séparant les 2 derniers ponts était longue mais je ne pensais qu'elle le serait autant !

J'avais cette impression que je n'avançais pas ou que le pont reculait! Puis à un moment un bateau s'approche de moi et j'entends : "fin de la course dans 20 minutes"



QUOI ??

NON ils ne vont pas me faire ça, je galère depuis je ne sais combien de temps dans cette flotte, j'en bois régulièrement à cause de ce satané tuba, je m'approche enfin du pont Pasteur et ils veulent neutraliser la course ? Pas question !!!!

Je redouble d'efforts et enfin je passe le dernier pont, je n'ai jamais été aussi heureuse de voir un pont, finalement le bonheur tient à peu de chose.

Là il y a pleins de canoë qui vont et qui viennent, j'ai eu le temps d'apercevoir un concurrent derrière moi, waouuuu, je ne suis même pas dernière!!

Mais mon calvaire n'est pas terminé, il faut encore parcourir environ 300m, qui eux aussi sont très longs et très difficiles à parcourir !

J'y parviens enfin, je vois la ligne d'arrivée, les personnes qui m'attendent avec le chrono, qui me boostent pour que je passe la ligne imaginaire.

Je vois mon mari, mes 3 filles et Gino ainsi que notre petit club de soutien composé de Philippe, Sylvie, Dédé, Guylaine et Jean-Pierre, tous ont bravé le froid pour nous encourager, nous soutenir et nous accueillir à l'arrivée.

Ça fait vraiment plaisir de voir des personnes connues et qui sont là pour vous.



Puis je réalise que je suis arrivée au bout de mes peines : enfin pas tout à fait car pour sortir de l'eau il faut crapahuter sur des cailloux glissant car pleins de vase, puis il faut faire un peu d'équilibre sur 2 rondins de bois, lorsque l'on vient de passer 2h à nager les jambes ne sont pas forcément très dociles quand on se remet debout....

**Géraldine N° 234**

REUSSI, j'ai réussi, je suis très contente et très fière de moi!

Je n'avais aucun entraînement et je boucle la descente en 2h00'58" et fini avant dernière:-)

Normalement je dis à l'année prochaine.....mais avec un entraînement!!

**Géraldine**

Le temps du 1<sup>er</sup> est de 1h01 minute, le trajet fait 8 km, mais cette année le courant n'était pas fort. Pour nos amis ils sont arrivés après 1h30, (galère pour certains) l'essentiel était de prendre le départ pour participer à cette fête. Journée bien remplie et retour chez nous vers 14 heures 30. (Heureusement il n'y avait pas de soufflé en attente chez les Sudres).

Il y a des participants qui prennent cette épreuve du bon côté.



Avant



Pendant



Après

Il faut dire que certains ont été 30 minutes de plus dans l'eau à 4°, bravo à tous.

### ***Dédé***

### ***Le mot de la fin pour Joëlle Rebeyrotte***

Effectivement... je ne sais pas ce qui était le mieux :

- Sortir de l'eau... d'ailleurs ils auraient pu mettre un petite rampe bien plate, voire un tapis roulant plutôt que les cailloux.
  - Le chocolat chaud.
  - Les moufles de Guylaine.
  - Tout le monde avec les appareils photos histoire de nous faire croire que nous étions des grands sportifs.
  - Ou alors le petit Rhum de Dédé.
- Moi, perso, j'ai fait mon classement !!!!

Pour ce qui est de la récompense pour la mise à l'eau... j'espère bien que notre Président fera le nécessaire à la prochaine permanence !!!!!



### ***Joëlle***