

Bonjour,

Sur les conseils d'une plongeuse et encadrante, je vais vous raconter mon histoire.

J'ai dû commencer la natation en 2001 sur les conseils médicaux d'un médecin. Je lui ai dit : ça ne va pas être possible docteur, j'ai peur de l'eau car à l'âge de 6-7 ans un professeur de sport m'a balancé à l'eau parce que je ne voulais pas sauter dans la piscine et à partir de ce moment-là je ne voulais plus entendre parler de piscine. Pourtant j'ai dû m'y mettre.

Alors je suis partie à la recherche d'une piscine car l'Olympide n'existait pas encore et j'ai pu trouver une petite piscine (10 mètres de longueur) et surtout où l'on a pied de partout (maximum 1 m 50 de profondeur).

C'est là que j'ai appris à vaincre ma peur de l'eau, à mettre la tête sous l'eau, à apprendre à nager et à me perfectionner. Et puis, il y a environ 2 ans et demi j'ai fait un baptême de plongée dans ma petite piscine avec une association de plongée qui est basée à Lyon et j'ai adoré mais je n'ai pas poursuivi car il fallait aller à Lyon alors j'ai laissé tomber.

Il y a 1 an et demi, j'ai su qu'il y avait un club de plongée à Chatte et sur les conseils et insistance d'une personne j'ai pris contact avec le club. Bon j'ai mis un peu de temps avant de me décider à envoyer un mail pour faire un baptême grandeur nature dans une piscine où on n'a pas pied.

J'ai fait mon baptême il y a un 1 an, inutile de vous dire que cela n'a pas été vraiment une partie de rigolade mais je me suis inscrite en septembre pour passer le niveau 1 (c'est-à-dire descendre jusqu'à 20 mètres de profondeur) moi qui n'avait jamais dépasser 1 m 50 de profondeur, je vous laisse imaginer et puis je voulais que cela soit une victoire sur mon passé aquaphobe.

Je ne vais pas vous mentir cela a été très difficile, très dur, pas physiquement mais psychologiquement et si j'avais pu faire comme "Mimie Mathy dans Ange Gardien" c'est-à-dire claquer des doigts pour disparaître, je l'aurais fait plus d'une fois. Il m'a fallu franchir beaucoup d'étapes mais grâce à mes encadrants (*juste entre nous, je pense que pour mes encadrants cela n'a pas dû être facile*), à ceux de ma promotion et à tout le club j'y suis arrivée et en juillet j'ai eu mon fameux N1.

Alors oui, je suis fière de mon parcours et maintenant je peux dire que je suis une plongeuse, certes une plongeuse débutante mais une plongeuse. Et ce n'est pas fini car j'ai l'espoir un jour d'avoir le niveau 2 (c'est-à-dire descendre jusqu'à 40 mètres de profondeur). Bien sûr je sais que cela ne sera pas facile et je mettrai peut-être un peu plus de temps que les autres mais j'y arriverai. Le niveau 1 c'était une victoire, le niveau 2 ce sera la cerise sur le gâteau.

J'ai raconté mon histoire pour toutes les personnes qui ont été ou sont toujours aquaphobe et qui ont peut-être envie de se mettre à la natation ou à la plongée et pour vous dire que c'est possible d'y arriver. Si moi j'ai réussi je suis certaine que vous pouvez y arriver.

Christelle