

SECTION SURF

2014 - 2015



Sommaire

PORTRAITS

5 L'équipe

SHAPE

6 S.A.W Surfboards

PROTECTION DUNAIRE

10 Surfeurs respectueux de l'environnement

COMPETITION...

14 Championnats départementaux à Crozon

...COMPETITION...

18 Championnats académiques à la Torche

ET ENCORE COMPETITION !

22 Championnats de France à St Gilles Croix-de-Vie

ENTRAINEMENT

26 Activités physiques diverses



L'EQUIPE

2014 2015

16 élèves du lycée, de la Seconde à la Terminale, entraînés par Maël L'Helgoualch et encadrés par Emmanuelle Monfort.
6 filles et 10 garçons.



Elle est composée de 10 "anciens" et 6 "nouveaux". Thibaut et Emilien ont commencé l'année avec nous mais Thibaut est parti parce qu'il ne se plaisait pas en Seconde Electrotechnique et Emilien parce qu'il avait du mal avec l'internat. Ils ont été remplacés par Thomas et Jules de Première S à la fin du premier trimestre.

Les conditions ont été meilleures dans la première phase (de Septembre à Décembre) que dans la seconde (Fin Février à Juin).

Les passages de barre et les exercices physiques du début d'année (parfois douloureux) ont été bénéfiques pour l'endurance et la puissance à la rame.

L'hiver a été clément (une seule tempête) et nous avons pu faire tous nos chantiers nature.

Les sports collectifs de la période hivernale ont été appréciés et ont permis de souder le groupe : une expérience enrichissante à refaire !

Merci à Maël pour son investissement et son professionnalisme tout au long de cette belle année de surf !



MAXIME KERAVEC

27 Juin 1997

Terminale ES

Support : Bodyboard

Nombre d'année à la section : 3 ans

Home Spot : Le Treustel

Aime : les blagounettes, les sessions creuses et le shorebreak de Pors Carn.

N'aime pas : les vagues molles de la Torche

Grand sportif, Max aime l'effort. Il a toujours la patate, il est toujours de bonne humeur. Elève le plus assidu depuis la seconde. Il est souvent le premier à l'eau et le dernier sorti.

Il maîtrise le rollo, le 3.6 et le reverse.

A obtenu la mention assez bien au bac et part l'an prochain pour les STAPS de Brest : bon vent à un futur prof d'EPS !



Claudzi





CORENTIN NICOLE

3 Juillet 1997
Terminale S

Support : Longboard
Nombre d'années à la section : 3 ans
Home spot : La Torche

Aime : le gâteau au chocolat et les grosses gauches molles de la Torche.

N'aime pas : avoir froid à l'eau, les vagues creuses et le shore-break de Pors, les gens mal placés dans les ronds-points.

Contrairement à son pote Max, Coco est souvent le dernier à l'eau et le premier sorti... Mais quand il est motivé (ça dépend des conditions), il prend toutes les bombes et il fracasse le spot !

Part en génie biologique à Quimper, good luck Corentin !





Coco Slater





NOEMIE LARZUL

18 Août 1997
Terminale ES

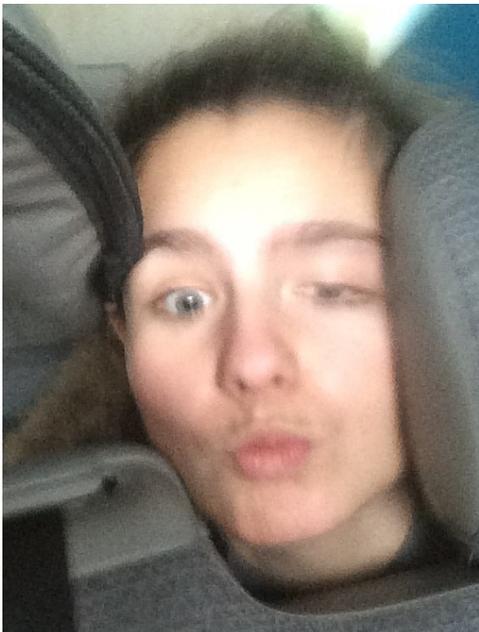
Support : Longboard
Nombre d'année à la Section : 3 ans
Home Spot : La Torche

Aime : Les petites droites glassy de la Torche, le contact (et si possible planche contre planche !)

N'aime pas : les sessions ventées, froides.
Ne pas pouvoir discuter avec les copines.
Ne plus avoir d'eau chaude pour la douche.

Sportive, très à l'aise dans le milieu marin, Noémie redoute les sessions peuplées et prend peu de vaques quand il y a du monde à l'eau.

Part en Staps à Brest, encore une future prof d'EPS !





Nono





CHLOE BODERE

12 mai 1997
Terminale S

Support : Long et shortboard
Nombre d'année à la section : 3 ans
Home spot : La Torche

Aime : les longues gauches de la Torche quand il y a peu de monde, et le salon de thé aquatique avec les copines derrière la barre quand il y a beaucoup de monde..

N'aime pas : rien !

Toujours souriante (même à la fin du 3 fois 500 m !!!) Chloé est de bonne compagnie.

Bac en poche, Chloé part en médecine à Brest, bon courage Chloé !





Miss Bod's





MATHILDE GACQUIERE

8 mars 19997
Terminale S

Support : Longboard
Nombre d'années à la Section : 2 ans
Home Spot : Penhors

Aime : les petites gauches lisses et longues de la Torche, la droite de reforme.

N'aime pas : les grosses vagues creuses de Pors. Les sessions blindées de monde. Le passage de barre sans ascenseur...

Mathilde est sportive et dynamique, elle a le sourire facile.

Elle a obtenu le bac et part faire ...oups...je ne sais plus....





Mathos





MAEL JOSSE JEZEKEL

4 Août 1997
Terminale S

Support : shortboard
Nombre d'année à la Section : 3 ans
Home spot : La Baie des Trépassés

Aime : le bodysurf, les grosses vagues
quelles que soient les conditions,
s'éloigner des zones surpeuplées.

N'aime pas : ? ne se plaint jamais...

Maël est très discret mais toujours de
bonne humeur. Un des plus investis
dans les sessions, a fait de gros progrès
en 3 ans. très à l'écoute des consignes
du coach.

Après avoir obtenu la mention bien au
bac, Maël part faire maths sup'



Maëlouss





SOPHIE DEL VALLE

29 avril 1997
Terminale S

Support : Long et Shortboard
Nombre d'années à la section : 3 ans
Home spot : La Torche

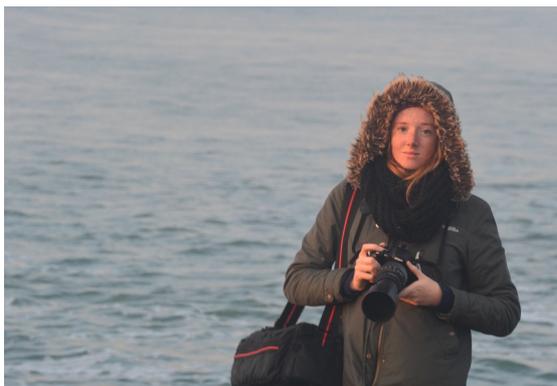
Aime : les longues gauches glacis d' 1m
10 de Pors, les longues droites glacis
d'1m30 de La Torche. Les sessions de
petites vagues où elle se gave en
longboard

N'aime pas : les méduses ! les
entraînements de passage de barre
sans la planche, les sessions ventées,
les sessions froides.

Bac avec mention assez bien en poche,
Soph' part en Staps à Brest, et de trois !
Bon vent Sophie !



Soph'





GAËL PRIGENT

8 Avril 1998
Première S

Support : Shortboard
Nombre d'années à la section : 2 ans
Home spot : La Torche

Aime : les gauches creuses et shore break de Pors, la droite de reforme de la Torche. Les échauffements "sportifs" de passage de barre sans la planche.

N'aime pas : quand Corentin triche pour les passages de barre. Les vagues molles, petites. Quand il remonte et que sa prof lui fonce dessus.

Gaël est positif, toujours de bonne humeur. Il aime le collectif et l'activité physique.
Il passe en Terminale S



Fouch





THEA HEMON

11 Octobre 1997
Première S

Support : évolutive
Nombre d'années à la section : 1 an
Home Spot : La Torche

Aime : les sessions tranquilles, avec peu de monde à l'eau, les droites longues et propres de Pors, la droite de reforme de la Torche.

N'aime pas : les sessions ventées, et quand le plan d'eau est un champ de patates. Mettre un jean quand on est encore mouillé.

Théa est positive et agréable. Elle est sportive et n'a pas peur de l'effort. Elle aime les activités collectives.
Passe en Terminale S



Théthé





THOMAS GUILLEMOT

4 Mars 1998
Première S

Support : shortboard
Nombre d'années à la Section : 1/2
Home spot : La Torche

Aime : la compétition ! Battre les autres, être le premier. L'effort physique. Les grosses droites creuses de Pors. Taxer Jules.

N'aime pas : les vagues molles et les filles molles ! se faire taxer par Jules. Ne rien faire sur une vague.

Passé en Terminale S.



Thooooomas





JULES ROLLAND

6 Juillet 1998
Première S

Support : shortboard
Nombre d'années à la section : 1/2
Home Spot : Le Treustel

Aime : l'activité physique, la droite de reforme de la Torche, les vagues creuses et propres. Faire des grosses gerbes. Taxer Thomas !

N'aime pas : les petites vagues molles, aller jusqu'à Bidart et ne pas pouvoir surfer à cause de la tempête, se faire taxer par Thomas...devoir attendre que tout le monde soit prêt pour aller à l'eau. Finalement, quel râleur ce Jules !

Passé en Terminale S



Julio





TEO BIGLIETTI

26 Août 1998
Première S

Support : Shortboard
Nombre d'années à la section : 2 ans
Home Spot : Kersaux et Risten

Aime : la photo et les photos de surf.
Surfer en groupe. Les droites de la Torche quand elles sont creuses et longues. Faire superman par dessus la vague.

N'aime pas : avoir des crampes, se blesser...surtout si la session est belle
!!!

Teo est disponible, fiable, généreux. Il s'investit beaucoup dans la Section. Quand il ne peut pas surfer, il filme ou prend des photos des autres.
Passe en Terminale S



Tété





LOUISE TRIMAILLE

19 Octobre 1998
Première ES

Support : Longboard/ Evolutive
Nombre d'années à la Section : 1 an
Home Spot : La Torche

Aime : ne pas poser le genou au take-off,
les petites vagues propres de la Torche,
les sessions où il n'y a pas beaucoup de
monde.

N'aime pas : les échauffements avec
passage de barre sans la planche, les
vagues dans l'ascenseur, le courant, les
grosses vagues...

Louise est positive et volontaire. Elle a
peu d'expérience en surf mais elle
s'accroche et progresse. Bien impliquée
dans l'atelier de protection de la Dune.
Passe en Terminale ES.





Patrone





LOUKA OPRZINSKI

23 Avril 1998
Première ES

Support : Shortboard
Nombre d'années à la Section : 1 an
Home Spot : Les Roches Blanches

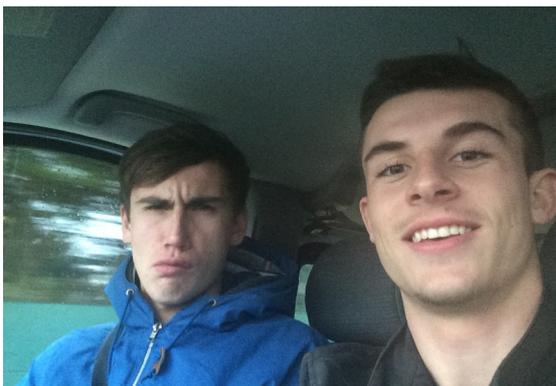
Aime : se décaler, ne pas rester au milieu de la foule. Les droites et les gauches de plus d'1m20, propres et longues. L'activité physique en général

N'aime pas : le peak surpeuplé, China Torche, China Pors...devoir attendre que tout le monde soit prêt pour aller à l'eau.

Louka est très discret mais il s'est beaucoup investi en surf et dans l'action de protection de la dune. Passe en Terminale ES.



Loukas





ELIOT KEMPF

6 Novembre 1998
Seconde 2

Support : Bodyboard
Nombre d'années à la Section : 1 an
Home Spot : Donan (Belle-Ile en Mer)

Aime : les gauches creuses et shore-break de Pors, mais aussi les droites, mais surtout les gauches ! L'arrêt au carrefour market après la session le mercredi. A adoré la session à Risten, merci Morgan pour le scoop !

N'aime pas : les vagues molles et petites de la Torche, être obligé de surfer en longboard...

Eliot est toujours de bonne humeur, motivé, positif. Dommage qu'il nous quitte pour le CLE...
Passe en Première S



Brice





ARAWN STEPHANT

12 Novembre 1999
Seconde 2

Support : Shortboard
Nombre d'années à la Section : 1 an
Home Spot : La Torche

Aime : les belles petites gauches de la Torche et de Pors. Les un peu plus grosses aussi. Avoir de l'eau chaude à la douche. L'activité physique en général.

N'aime pas : les sessions avec un gros vent on shore, les vagues shore-break de Pors.

Arawn s'est beaucoup investi à la section tant en surf que dans l'action de protection de la dune, il est toujours de bonne humeur et positif.
Passe en Première STMG



Wawan



EN VISITE CHEZ SAW



▲ **SAW signifie Shape Around the World, et existe depuis 2011**

Loïc s'est formé auprès de 10 masters shapers du monde entier, pendant un tour du monde d'1 an.



► **Un style qu'il veut original et décalé**

Comme en témoigne cette planche, avec une décoration psychédélique et soignée.

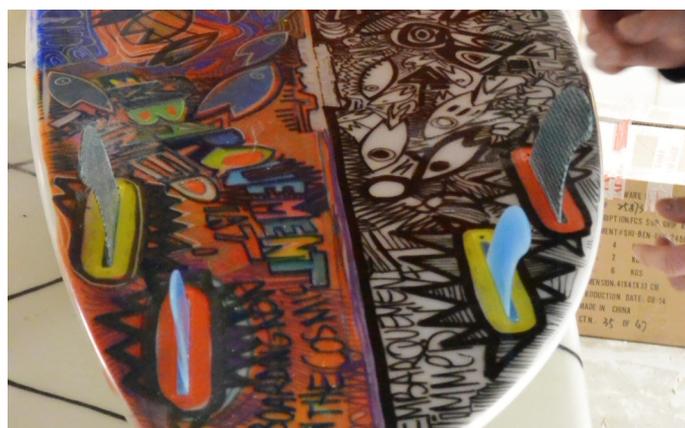
▼ **Sa spécialité : les planches asymétriques**

On ne surfe pas de la même façon en frontside et en backside. Les planches de SAW s'adaptent à ces différences.



◀ **Même les dérives se décorent !**

Les dérives sont aussi importantes que la planche, il faut bien choisir leur taille, leur forme, leur emplacement, leur nombre, leur inclinaison en fonction de ce que l'on recherche





Des couleurs explosives et un travail précis, de quoi maintenir captivés les élèves.. malgré les vagues quelques kilomètres plus loin !



PROTECTION DU GUEPIER D'EUROPE A TRONOEN



▲ Le guépier d'Europe

Il arrive d'Afrique du Sud au printemps, en couple, pour nicher dans des galeries dans les falaises dunaires.



Plantation des Oyats

Cette plante vivace au système racinaire très profond pousse dans les terrains sablonneux. Elle renforce l'action d'ensablement des ganivelles. Louka, pelle en main.



▼ Les travailleurs dans la brèche de dune

Pour inciter le promeneur à ne pas passer par la brèche (qui le conduit devant les galeries), on installe des ganivelles qui font barrage et qui créent un ensablement.



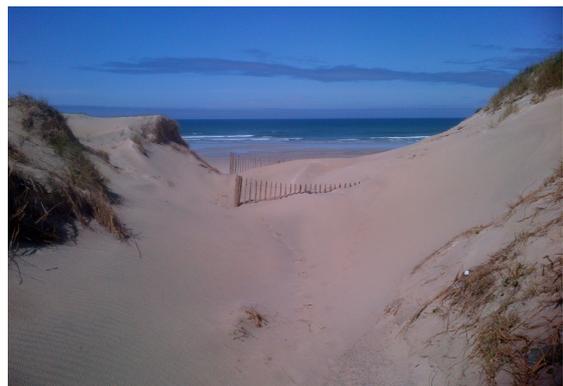
◀ Installation des ganivelles

La ganivelle est solidement fixée à des poteaux profondément enfoncés dans le sable, à l'aide de fils de fer. Jules en action, sous la surveillance de Greg, notre garde littoral et animateur





Un travail de trois séances pour un résultat visible au bout de trois mois



CHAMPIONNATS DEPARTEMENTAUX A LA PALUE LE 08 AVRIL



▲ Une bonne organisation et un temps au rendez-vous

▼ Les surfeurs du Pôle et du CLE sont venus en aide à ceux de la section
Ici Kilian du CLE et Louis du Pôle aux côtés de Max et Coco



◀ Malgré un important manque de vagues...

... Gaël a assuré le spectacle en se faisant attaquer au pied par un requin de sable, et en s'étalant devant les boxes et le jury dans une flaqué !



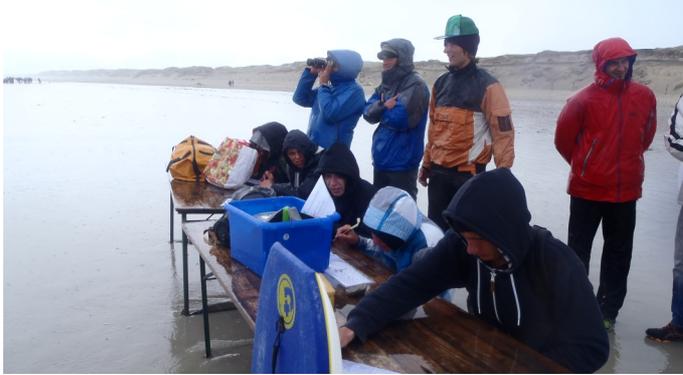
Concentration extrême des juges ▶

Tu m'étonnes qu'on ne comprenne rien aux notes...pendant la photo Victor a pris une vague à laquelle les juges ont mis 0.5 et Max a pris une vague et il prend un 8...c'est quoi le problème ?





CHAMPIONNATS ACADEMIQUES



▲ **Conditions optimales pour les juges : soleil, chaleur, vent nul, bonne visi**

Les juges ont vécu des conditions très difficiles mais les surfeurs aussi : le plan d'eau était un champ de patates, les vagues étaient petites, ventées, molles...pas de quoi envoyer de l'air !

▼ **La tente n'est pas assez grande pour accueillir les 135 élèves**

Dix neuf établissements de toute la Bretagne se sont rassemblés pour cette compétition par équipes de 5 (4 surfeurs et un juge).

Dix sept élèves (7 collégiens et 10 lycéens) ont obtenu leur validation académique en tant que Jeune Officiel.



◀ **L'équipe établissement du collège Laennec vient de gagner sa sélection aux France !**





A LA TORCHE LE 29 AVRIL



A Saint Gilles Croix de Vie du 26 au 28 Mai



▲ L'équipe du lycée dans le box : Gaël, Morgan, Piwouai, et Eliot

Qu'ils sont mignons en rouge !



▶ Après l'effort, le réconfort !

La terrasse se prêtait aux jeux de cartes et à l'apéro... dommage que Mr Delabarre soit si sérieux !

▼ Vive la Bretagne !

L'équipe avec leur JO (jeune officiel) Téo et leur coach Kevin (ancien de la Section qui fait ses études en Staps), frère de Chloé.



◀ Petite sieste entre 2 séries...la nuit a été courte ou quoi ?

Morgan n'a pas l'air content d'être dérangé...et pris en flag de farniente !





Tiens... voila du boudin !!!



Activités physiques diverses



▲ Etirements et relaxation

Pendant l'hiver, en salle Autret, 2 séances. Certains ont eu du mal à lâcher prise dans les exercices de respiration...



Après l'effort, le réconfort ! ▶

Rien de tel que le gâteau au chocolat pas bourratif du tout de Manue pour se remettre de toutes ces émotions !

▼ Sports collectifs

Pendant l'hiver, au gymnase, 2 séances. Handball et Basket-ball. Quel bonheur de se retrouver au chaud tous ensemble pour un but commun !



◀ Jeux collectifs sur la plage et dans l'eau

Franchir une distance le plus vite possible en courant sans se faire tirer dessus par les ballons des adversaires sinon on fait des pompes, course de rame en équipe...ca casse ! Merci Maël !





Gainage, passage de barre à la nage ou à la rame avant la mise à l'eau



