

## La nage en eau vive ... une nouvelle activité

Un grand verre d'eau gazeuse, ne dose de sensations fortes une dose d'aventure, deux doses de glisse, un zeste d'apnée, deux cubes de glace, et vous avez composé un tout nouveau cocktail qui se nomme « Nage en Eau Vive » en France, mais aussi « Apnée d'Eau Vive » chez nos amis Québécois. Comme tous les cocktails, il est séduisant, très charmeur, mais attention son absorption en grande quantité peut vous amener quelques surprises. Avec nous apprenez à découvrir ce nouveau venu, pour mieux l'apprécier ensuite.

Sport de glisse connu depuis peu de temps, la Nage en Eau Vive (N.E.V.) est pratiquée en fait depuis une dizaine d'années. Son développement est lié à la création d'un flotteur bouclier protecteur : l'hydrospeed. En effet, en 1978 trois ingénieurs des Ponts et Chaussées attirés par les torrents et lassés des coups, plaies et bosses décident de se mettre au travail. Quelques mois plus tard le brevet de l'Hydrospeed remporte la médaille d'argent au salon des inventeurs de Genève. Dès lors le nombre des nageurs qui vont se jeter dans les torrents ne va cesser d'augmenter.

Il faut remarquer que le terme d'hydrospeed est utilisé pour désigner le sport lui même (dont le terme exact est Nage en Eau Vive) alors qu'il devrait normalement désigner l'engin qui permet la pratique du sport. L'Hydrospeed c'est donc ce petit flotteur jaune (en polyéthylène en général) de 80 cm de long et 60 cm de large sur lequel vous prendrez place à plat ventre pour dévaler les torrents. C'est en quelque sorte un bobsleigh des torrents, une espèce de luge qui vous fera glisser sur l'eau. A cela, il faudra rajouter une combinaison isothermique bien rembourrée pour encaisser les chocs, une paire de palmes flottante de préférence, un casque et un gilet de sécurité « type eau vive », une paire de gants et des bottillons isothermiques.

Comme dans tous les sports en vogue, la panoplie du nageur n'a cessé ces dernières années de se modifier et de s'embellir. Depuis deux ans les couleurs ont fait apparition et le rose fuschia, le bleu turquoise apportent à la N.E.V. une petite note d'esthétique très agréable pour le spectateur et utile pour les nageurs pour se repérer sur le torrent.

Les formes et les protections des vêtements ont subis d'énormes changements. Du vêtement isothermique du plongeur on en est arrivé à un vêtement mono pièce avec protection des jambes, cuisses et épaules incorporées ; une véritable combinaison intégrale qui offre toutes les commodités d'habillement et le confort d'un matériel de pointe.

Après avoir choisi l'équipement, vous pourrez vous adresser à l'un des nombreux clubs de la Fédération Française de Nage en Eau Vive (F.F.N.E.V.) et partir à la découverte de cette nouvelle glisse.

Il faudra, avec eux, choisir un torrent à votre niveau. Comme dans la pratique des autres sports d'eau vive (kayak, canoë, raft) le nageur retiendra la classification des torrents en 6 classes. Allant de la classe 1 pour un torrent sans difficulté et « très plat » à la classe 6 pour les tronçons de torrents qualifiés « d'infranchissables ». Pour débiter les classes 2 et 3 permettront au nageur de découvrir la N.E.V. dans de bonnes conditions et de garder un excellent souvenir de ce nouveau sport.

De très belles régions vous accueilleront pour la découverte de vos premières sensations. Dans le Morvan, près d'Avallon, deux petits torrents, la Cure et le Chaux autorisent lors de lâchers d'eau, une initiation de qualité et une magnifique promenade dans le parc naturel du Morvan. Dans les Alpes, beaucoup de choix. De nombreuses vallées offrent aux nageurs des terrains d'action remarquables. Une petite préférence peut-être pour la magnifique vallée de l'Ubaye qui, de Saint Paul au lac de Serre Ponçon, offre 40 km de torrent navigable de tous les niveaux (de la classe 2 dans la traversée de Barcelonnette à la classe 5 sup 6 dans les « infrans » entre Le Lauzet Ubaye

et le lac de Serre Ponçon). Enfin, le Massif Central, les Pyrénées, le Jura proposent aussi aux nageurs la possibilité de descente de qualité mais souvent moins connues et plus difficile d'accès.

Mais attention, avant de vous lancer, souvenez-vous et soyez conscient que le torrent comme tous les éléments naturels (mer, montagne) présente des dangers qu'il ne faut pas sous estimer et que la parfaite connaissance du terrain d'action dans un premier temps, et de la technique dans un deuxième temps sont les meilleurs garants de la pratique de la N.E.V. en toute sécurité pour un plaisir maximum. Pour tout cela, les clubs et les moniteurs guides de la F.F.N.E.V. vous seront d'un précieux secours (voir guide pratique).

Alliant la bonne maîtrise du palmage et de l'apnée à une parfaite connaissance du torrent la N.E.V. s'adresse donc à un nouveau public souvent amoureux d'eau, de montagne de sensations fortes, d'aventure et de vitesse.

Jean-Jacques GAUTHIER