# PLONGEZI



# **SOMMAIRE**

RE D'IMAGE

P.08

#### LA MÉDUSE ET LES CRABES

Dans la baie de Naples, des méduses abritent d'étranges créatures dans leurs tentacules...

CONTRE

P.10

#### DAMIEN MAURIC: OBJECTIF GRAND BLEU

Spécialiste de la photo sous-marine en grand angle, Damien Mauric s'impose parmi les plus grands chasseurs d'images.

IE PALIER

P.13

Admirez les couleurs du crénilabre paon, partez pour Ningaloo Reef en Australie, explorez l'épave de *l'Amoco Cadiz* et suivez nos conseils pour choisir votre prochain gilet stabilisateur.

S DE CHEZ VOUS

P.34

#### EAUX BLEUES DE BELGIQUE ET GORGONES ROUGES DE GOLFE-JUAN

Découvrez les nombreuses épaves de la carrière du Flato et admirez les gorgones enflammées de l'enfer de Dante à Antibes.









P.36

## DURÉE DES FORMATIONS, LA GRANDE DÉGRINGOLADE

Tandis que la durée des formations diminue, les prérogatives restent les mêmes. Quelles conséquences sur la pédagogie et le niveau des plongeurs ?

OSSIER

P.38

# DANS LE SILLAGE DES REQUINS

Fascinant, le requin exerce un fort pouvoir d'attraction sur les plongeur Ce dossier fait le point sur les dernières avancées en matière de connaissance des squales et détaille les différentes façons d'aller à leur rencontre.

PNÉE

P.56

#### CONSEILS POUR UNE BONNE PRÉPARATION PHYSIQUE

Il est temps de retrouver la forme avant de reprendre plongées en mer et compétitions. Au programme : cardio, musculation, étirements et exercices en piscine.

ORTFOLIO

P.62
HUGYCUP 2017

Retrouvez une sélection des plus belles images primées lors de cette compétition internationale, qui s'est déroulée en Indonésie





# **MARS-AVRIL**

#### SCAPA FLOW, MYTHIQUE CIMETIÈRE D'ÉPAVES

Direction l'Écosse et la célèbre baie de Scapa Flow pour plonger dans l'histoire.

#### **EXPLOSION DE VIE SOUS-MARINE**

En mars et avril, direction les trous bleus d'Andros aux Bahamas, la mer Rouge en Égypte et le parc marin de Tubbataha aux Philippines.

#### LE FESTIN DES BALEINES À BOSSE

Reportage sur la côte ouest de l'Afrique du Sud à la rencontre d'un immense rassemblement de baleines à bosse.

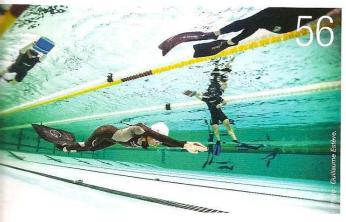
#### LA FONDATION OCTOPUS AU SERVICE DU PATRIMOINE MARIN

Épaves au Mozambique, phoques moines en Grèce, hippocampes sur le bassin d'Arcachon... La fondation Octopus soutient les scientifiques sur le terrain.

P.97

#### LA PHOTO PAR TRÈS MAUVAISE VISIBILITÉ

Vous n'y voyez pas à 2 mètres sous l'eau ? Cela ne veut pas dire qu'il n'y a rien à voir ni à photographier... Suivez nos conseils pour ne pas sortir de l'eau sans quelques beaux clichés.



2018

P.102

## PLONGÉE SOUTERRAINE : DE L'OMBRE À LA LUMIÈRE

La plongée sout' attire un public toujours plus large. Beauté, exigence, sites à l'écart des sentiers battus sont autant d'atouts qui rendent le monde souterrain de plus en plus attractif.

### MA PLUS GRANDE FRAYEUR SOUS L'EAU

Essoufflement, narcose, morsure ou piqûre... Quel plongeur n'a pas le souvenir d'une immersion particulièrement stressante ? Témoignages et conseils pour limiter les risques et rester humble.

#### LE PASSAGE DU NIVEAU 1 DE PLONGÉE

Des difficultés et appréhensions du début à la maîtrise des gestes de base et aux premières explorations sous-marines, suivez notre journaliste dans son apprentissage.

#### MAIS OÙ SONT DONC PASSÉS LES BULOTS ???

En avant-première, Sébastien Salingue partage une planche du tome 5 des aventures du célèbre club de plongée.





