



# Le Metis'Immersion Live Challenge

## Les premières joutes aquatiques pour les Sirènes, Sirins et mini-freedivers organisées en Suisse

Le monde enchanteur des Sirènes s'est révélé être un véritable sport, le samedi le 21 août à la piscine du Signal à Orbe. Quatre épreuves figureraient au programme de ce projet pilote développé en collaboration entre la Fédération Suisse des Sports Subaquatiques et Métisphère Swiss Mermaid.

L'apnée sportive rencontre un franc succès depuis quelques années partout dans le monde; en Suisse cette discipline se développe aux abords de nos lacs et de nos piscines! Au près des enfants, l'apnée se développe notamment sous le trait du mermaiding-immersion en Sirène ou grâce à des jeux d'exploration en palmes-masque-tuba.

### L'attrait du costume, Mais pas que...

Le costume de sirène, avec sa longue nageoire palmée, fait en tout premier lieu rêver les petites filles. Mais par la suite, le porter leur fait découvrir une activité aux qualités sportives qu'elles n'avaient pas imaginées. C'est alors qu'elles se prennent au jeu. Maîtriser l'art de l'apnée et ses capacités respiratoires, travailler une musculature harmonieuse ainsi qu'un positionnement corporel souple et correct sont à la base du Mermaiding.

La neuchâteloise Cindy Guyot, directrice du centre Metisphère Swiss Mermaid, dirige plusieurs cours de formation de mermaiding et d'apnée

en Suisse romande. A l'invitation de l'association de la Piscine et de la maison des jeunes d'Orbe, elle a mis sur pied la première manifestation sportive en Suisse réunissant des Sirènes et des mini-apnéistes des 8 ans pour participer à des joutes aquatiques.

### Les disciplines du concours

Les joutes ont réunis 24 participants et participantes: quatre disciplines étaient au programme, trois individuelles et une par équipe. La première épreuve, l'apnée dynamique, est basée sur l'accomplissement du trajet le plus long possible en une seule inspiration et sur des qualités techniques mises en œuvre pour y arriver. La deuxième est un parcours un parcours en apnée avec passages obligés et ramassage d'objet en profondeur. La troisième juge trois figures chorégraphiques, une figure libre ainsi que la maîtrise de la respiration durant l'épreuve. Quant à l'épreuve par équipe elle consiste en une course de relais.

A la fois sport de compétition et spectacle le concours a ravi tant les participants que les spectateurs.

Par Ali-George Maire, L'Omnibus, Journal de la région d'Orb

## Das erste in der Schweiz organisierten Turnier für Mermaids und Mini-Freitaucher

Die zaubernde Welt der Mermaids entpuppte sich am Samstag, 21. August, im Signal-Schwimmbad in Orbe als echter Sport. Vier Veranstaltungen standen auf dem Programm dieses Pilotprojekts, das in Zusammenarbeit zwischen dem Schweizerischen Unterwasser-Sport-Verband (SUSV) und Métisphère Swiss Mermaid organisiert wurde. Sportliches Freitauchen war in den letzten Jahren auf der ganzen Welt sehr erfolgreich; in der Schweiz entwickelt sich diese Disziplin rund um unsere Seen und Schwimmbäder! Bei Kindern entwickelt sich das Freitauchen besonders in Form des Meerjungfrauen-Tauchens oder dank Erkundungsspielen beim Flossen-Masken-Schnorcheln.

### Der Reiz des Kostüms, aber nicht nur...

Das Meerjungfrauenkostüm mit seiner langen Schwimfflossenflosse ist in erster Linie ein Traum für kleine Mädchen. Doch später entdecken sie durch das Tragen eine Aktivität mit sportlichen Qualitäten, die sie sich nicht vorstellen konnten, und verstricken sich dann ins Spiel: Die Kunst des Apnoe-Tauchens und die Atemkapazitäten zu beherrschen, eine geschmeidige Muskulatur zu trainieren sowie eine flexible und korrekte Körperhaltung sind die Basis von Mermaiding. Die Neuenburgerin Cindy Guyot, Eigentümerin des Schweizer Meerjungfrauenzentrums Metisphère, führt in der Westschweiz mehrere

Kurse in Meerjungfrauen- und Freitauchgängen durch. Auf Einladung des Vereins des Schwimmbads und des Jugendzentrums von Orbe organisierte sie die erste Sportveranstaltung in der Schweiz, bei der Meerjungfrauen und Mini-Freitaucher im Alter von 8 Jahren zusammenkamen, um am spielerischen Wettkampf teilzunehmen.

### Die Disziplinen des Wettbewerbs

Insgesamt waren 24 TeilnehmerInnen vor Ort. Vier Disziplinen standen auf dem Programm, drei Einzel und eine pro Team. Der erste Test, dynamisches Apnoe, basiert auf der Bewältigung der längstmöglichen Strecke in einem Atemzug und den dafür eingesetzten technischen Fähigkeiten. Der zweite ist ein Freitauchparcours sammeln von Objekten in der Tiefe. Die dritte Disziplin bewertet drei choreografische Figuren, eine freie Figur sowie die Beherrschung des Atmens während der Veranstaltung. Der Teamevent ist ein Staffellauf.

Sowohl Leistungssport als auch Spektakel begeisterte der Wettkampf Teilnehmer und Zuschauer gleichermaßen.