

FIESTA À BÂBORD, FETA À TRIBORD !

Chute libre sur des tombants démesurés, séance de statique suspendue à l'ancre du bateau, chasse au mérrou... Entre gueuletons et fous rires, la croisière apnée des capitaines Buyle et Winram a traîné sa bonne humeur au large des îles ioniennes. Journal de bord d'une délirante odyssée.

> Texte et photos Francine Kreiss



Un reportage de FRANCINE KREISS

Mission : vous faire progresser. Vos gourous : Fred Buyle et Will Winram, deux champions à records. Je vous laisse imaginer la suite logique d'une journée type ?

8 h : à l'eau. 12 h 32 : 3 graines de soja, un jus de posidonie, une tentacule de poulpe dégraissé. 13 h 04 : digestion en position du lotus. 14 h 06 : conférence sur la syncope et les accidents qui noient. 15 h 30 : descente sur câble, 34 descentes chacun les yeux fermés, concentration oblige. 17 h : initiation à la lévitation de l'apnéiste. 18 h : séance de dédicaces par les champions avec option cirage de palmes. 18 h 15 : mastication en apnée de la tête du poulpe, pâte au boulgour, avoine à volonté. 18 h 30 : séance d'abdos pour les fayots. 19 h : récitation de 3 "Apnées Pater". 19 h 30 : tout le monde en cabine...

Macache ! Si c'est ce que vous attendez d'un stage d'apnée ne montez surtout pas sur le même bateau que moi ! Pour les autres, je vous embarque pour un doux slalom entre les îles d'Ulysse. Départ de Préveza et douce errance entre Ithaka, et autres îles ioniennes.

Escale 1 – Gavez les cales !

Vu les heures à passer sous l'eau, vu la taille des carcasses à nourrir, tenant compte du théorème "l'air du large ça creuse" et vu qu'il n'y a qu'un fusil pour huit... Il va falloir les remplir les cales ! L'objectif, c'est de passer un minimum de temps à terre et un maximum en mer. On opte tous pour un marathon culinaire. Le principe :

- Chacun prend son plus gros sac à dos et on lâche la troupe dans le supermarché repéré la veille pour sa variété de chocolat.
- Faire le point toutes les dix minutes pour éviter de se retrouver

avec 16 kg de pâtes et 42 sachets de calmars.

- Ranger tout dans le bateau avec une logique propre à chacun (sachez que l'oignon et la javel sont compatibles).

Et dès que le bateau s'enfonce de 3 m dans le port, arrêter le gavage de cales.

Escale 2 - Apnétons !

Oui, la croisière s'amuse, mais elle veut surtout progresser. Pouvoir profiter du bleu qui l'entoure, découvrir les sensations d'une profondeur maîtrisée, ouvrir chaque jour une nouvelle porte sur le plaisir de l'apnée.

La première plongée sert de mise en route aquatique. Les stagiaires testent matériel, plombage, tympan. Fred et Will observent et accompagnent. Certains sont victimes de



Débriefing paisible entre deux mouillages.



Travail de verticalité et de l'immersion libre sous l'œil de Fred.

compensations capricieuses. Pas grave ce sera l'occasion de travailler le statique. Un statique de luxe accroché à la chaîne de l'ancre du voilier géant ! Carrelages de piscine bannis, la visibilité est ici de 25 à 30 m. Se laisser bercer main dans la main avec le voilier, témoin solennel de vos minutes victorieuses et sereines. Envie de vous emmitoufler dans le turquoise ? Glissez le long de l'ancre, arrêté à 5 ou 10 m et apnée statique au milieu des bancs de poissons.

Tiens, ça s'agite à la bouée au large. L'autre groupe travaille aussi. Canard, ventilation, palmage, chaque descente est analysée par Will. Je suis les stagiaires avec mon appareil photo et je constate à l'image qu'en quelques descentes et une fois le matériel approuvé, les sourires s'élargissent quelle que soit la profondeur.

Escale 3 - Souplesse des tentacules

Afin d'être efficace comme un poulpe élastique sous l'eau, il ne faut pas négliger la préparation au sec. Direction les cours d'étirement et respiration relative à l'apnée. Quoi de mieux qu'un décor ultra zen. Will et Fred prennent soin d'ancrer le bateau dans des criques à la beauté mythologique. Au petit jour, en se hissant à moitié endormi sur le pont, on se fait agresser par une eau turquoise pétillante, une plage de sable blanc, "aquarellée" de pierres centenaires amoncelées en repaire de pirates. Le capitaine se découvre un don de galérien et transite, rames en main, tous les stagiaires sur la plage. Séance de respiration animée par Will, puis session étirements de la tête aux nageoires avec Fred, sous les doux rayons d'Hélios. Chacun se sent léger, relaxé, avec l'envie tenace de prolonger le bien-être sous l'eau.

Ok, les deux gourous sont fortiches pour booster vos chakras, mais qu'ont-ils d'autre dans leurs filets ? Ah chouette !

L'ÉQUIPAGE

En premier lieu, les capitaines "Stubbing" de cette croisière ; William Winram et Fred Buyle. Ils sont à l'origine du concept Ocean Encounter. Une autre façon de faire de l'apnée. Ne pas en faire une finalité mais l'utiliser comme un outil d'exploration et de découverte. En résumé, de l'apnée "sans prise de tête" ou progression et plaisir s'entremêlent. Sites Internet : www.oceanencounters.net www.williamwinram.com netkos.net

Fred Buyle



Will Winram



Patrick Pruniaux



Pierre Lambreth



Yves Portnier



Antoine Ferreira



Adel Habu Aliqa

Patrick Pruniaux

"Nain" d'1,95 m, qui vous fait escalader la haute proue en un coup de bras. Mais ne jamais répondre "oui" quand il lance : "Qui vient avec moi se balader dans les roches ?" (il nous a ramené Pierre en miettes, 6 h plus tard). 38 ans, directeur commercial en Suisse. Fondu de sports en tout genre : "Je fais des trails, triathlon, boxe thai et beaucoup de montagne dont du ski de rando." Il pratiquait l'apnée enfant pour explorer les calanques de Giens. "J'ai ramené de ce stage du calme et un bien-être en apnée que je ne connaissais pas. La sieste sous le soleil d'octobre en Grèce ça vaut tout l'or du monde. Une chose excellente avec Fred et Will : pas de concours, pas de pression, que de la sensation. Ils sont au top !"

Antoine Ferreira

Ami d'enfance de Patrick, les deux compères testent tous les sports impossibles : "L'apnée c'est une idée de Pat, lui me doit la semaine de Krav Maga (auto-défense israélienne). Mais ça n'est pas du tout le même karma !" N'essayez plus de lui revendre des palmes playskool ou autres plombs vert grenouille, il a déjà donné. "J'ai acheté mon matos 3 h avant de prendre l'avion et la vendeuse était sympa !" 38 ans, il travaille dans la finance à Genève. "Après quelques jours, je me sentais vraiment chez moi dans l'eau. La plongée bouteille m'intéresse beaucoup moins maintenant."

Pierre Lambreth

Signe astrologique : chat noir. "Mon plus mauvais souvenir ? Quand j'ai déchiré le pantalon de ma combi en enfilant et puis mon haut 2 minutes après. C'était pire que mon petit barotraumatisme et mes sessions en caisson au retour." Mais un chat noir high-tech capable de nous trouver des applications I-phone mesurant à la fois la température de l'eau du verre à dent et la composition chimique de la posidonie fanée. Designer web à Bruxelles, il est branché apnée depuis 15 ans : "Alors qu'à l'époque je cherchais désespérément une structure apnée en Belgique, j'ai rencontré Fred-aux-longs-cheveux..."

Adel Habu Aliqa

Touche d'Orient sur cette croisière, c'était l'occasion pour tous d'en apprendre plus sur d'autres coutumes. Humour tout en finesse, motivé et ventoué au bleu, il se shootait à l'air marin, seules les tempêtes ont réussi à lui voler quelques nuits à la belle étoile. 39 ans, directeur général aux Émirats Arabes Unis, vit à Abu Dhabi. Apnéiste depuis 4 ans. "Chaque jour, j'étais surpris par les différentes façons de progresser. Il n'y avait pas de routine dans les exercices. L'apnée statique au milieu des poissons, et l'apprentissage du « free fall » sur les immenses tombants. Fred ou Will accompagnait chaque descente, c'était rassurant surtout pour mes profondeurs max. J'ai fait de nombreux stages d'apnée, celui-ci est le moins conventionnel de tous. Je ne vais pas rater le prochain voyage en 2011 !"

Yves Portnier

52 ans, publicitaire / artiste-peintre, vivant à Arzier (village suisse). Peu avare en fou rire, et compagnon paisible, il a supporté sans faillir tous les tribulations du bateau. Un réel plaisir de pouvoir profiter de sa culture littéraire et artistique.



Sous la bouée, le câble. Will délivre conseils et règles de sécurité.



Plénitude du royaume d'Ulysse.

Ils sont aussi aventuriers ! À défaut de soirée scrabble au coin du feu, on a droit à des comptes-rendus de voyage, des films remplis d'aïlons, de grands requins blancs et autres baleines XXL. Les questions pleuvent, c'est l'occasion rêvée de prendre les infos à la source sur ces animaux que chaque

apnéiste rêve ou redoute de croiser un jour.

Escale 4 - Les pirates sont de corvée

À taaaable ! Comment s'organise le buffet pirate ? On a bien essayé de faire prisonnier un cuisinier lors de l'abordage d'un navire gaulois mais sans succès. Alors chacun jouera les créatifs culinaires, et en



Qui veut goûter les rillettes d'entrailles de poulpe ? Pas Will apparemment...

binôme, ainsi on peut accuser l'autre si la recette est douteuse. N'allez pas imaginer que l'on s'est "farcis" tous les soirs des raviolis froids et autres semoules de couscous gonflées à l'eau salée. Avec tous les gourmets à bord, c'était ribambelle d'épices, plats mijotés et poissons frais de la chasse du jour : badèches, sars, limons... sur lit de légumes méditerranéens.

Est-ce que je vous parle des filets de mérrou mijotés dans leur fumet de carcasse ou pas ? Côté ambiance, la morosité faisait régulièrement faillite. Patrick et Antoine sketch ambulant, Will et ses histoires ubuesques, Pierre et ses applications i-phone-i-tech-i-spatiale, etc. Les cales du voilier résonnent encore des explosions de rire. Assiettes vides, bras de fer pour récupérer le dernier carré de chocolat, estomac repu, mission vaisselle ! Ah ! On fait moins les malins là ! Surtout dans la nuit noire avec l'orage qui s'abat sur le pont et avec le bateau qui danse la samba. Deux moussaillons, frontale vissée, partent au stand vaisselle en ciré jaune. Le "Palmolive d'or" est décerné à Fred qui laisse couler la cuillère à spaghettis par - 15 m dans les posidonies. Blâme prévu pour toute atteinte à la vie d'équipage : une mise en quarantaine sur l'annexe avec huile de foie de morue pour unique breuvage... Mais il est très malin le capitaine, dès la première plongée du lendemain : "afin de parfaire votre cursus de pirate apnéique, ce matin ce sera atelier "chasse au trésor". Celui qui retrouve la cuillère aura double ration de mérrou !"

Quant aux petits-déjeuners, ils sont l'occasion de planifier la journée, chacun situe ses objectifs entre deux fruits et céréales (oui, on évite le confit de canard avant les plongées). D'autres se levaient plus tôt et glissaient directement du lit à la mer. Une eau délicieuse, un réveil matin bleu marine comme on en rêve toute l'année à terre.

Escale 5 - Symbiose aquatique et astronomique.

Vous le connaissez le cliché du voilier indolent qui largue les amarres, cap à l'horizon, traversant toutes les poésies du jour et de la nuit ? En fait, c'est une réalité. La vie s'organise à bord, non pas calée sur les horaires de métro ou de Téléfoot, mais sur le clin d'œil d'une île charmeuse et l'envie d'aller chasser. Nos yeux sont continuellement captivés par le royaume d'Ulysse : coucher de soleil flamboyant sans mur ni fenêtre, chasse de thons à 3 m du bateau... Le paroxysme de la plénitude : une bonne plongée le matin, remonter l'ancre, siroter un thé, tomber dans une douce somnolence en position "étoile de mer" sur le pont et se réveiller sur un nouveau terrain de jeu à explorer. Autre moment spatial, la chasse aux étoiles filantes. En pleine



Fred pendant sa "pause café". Auréole pour ange gardien de stagiaires ?

mer, le ciel tombe le masque et passe en négatif. La voie lactée éclipse le noir et la joyeuse équipe s'allonge sous les voiles chuchotant pour ne pas réveiller les astres.

Escale 6 - Ça va swinguer !

Un périple en mer sans tempête ce serait rendre à la terre des moussaillons inachevés. La Méditerranée, vous connaissez. Cette capricieuse vous embrasse avec tendresse des heures durant puis vire sa cuti. Vous êtes en pleine sieste et elle vous éternue son écume, berce le bateau un peu fort. En moins d'une heure, tout le monde se déguise en sushi de K-way. C'est parti pour le rodéo !

"Voileux", c'est un métier. Lorsque c'est la première fois que vous posez les pieds sur un voilier, que la tempête se lève, c'est souvent impressionnant. Surprenant de voir le mât chatouiller l'eau, d'être suspendu presque dans le vide. D'ailleurs, vous cherchez vos copains qui étaient face à vous il y a 2 minutes ? "Oh, je les vois ! Ils sont sous mes pieds en train de mâchouiller leur capuche !"

Vous vous demandez quand même si c'est normal que les assiettes s'entrechoquent sans scène de ménage, que les voileux courent partout sur le pont, abaissent les voiles avec frénésie, moulinent en faisant de l'escalade aux cordages. Lorsque, entre deux claques d'eau salée, vous interrogez du regard le capitaine qui, lui, joue avec la barre comme avec une roulette russe ; il vous regarde en s'esclaffant comme une baleine dans un "Lavo'jet" : "T'inquiète, c'est une caravane insubmersible ce bateau, c'est génial les tempêtes !" Alors vous oubliez qu'Antoine est parti en rampant en cabine pour glisser son testament dans son ciré. Le plus rigolo, ce sont les tempêtes nocturnes. 3 h du matin, le voilier est pris de spasmes, l'ancre frotte violemment. La proue est invisible à cause des rideaux d'eau. Les deux capitaines momifiés dans leur blouson

sont plantés sous la colère de Poséidon comme deux perruches détrempées. Bizarrement, le reste de l'équipage choisi le sommeil à la peur, ou alors passe furtivement dans le carré et surveille du hublot. Afin d'être solidaire de ma serviette oubliée sur les cordages, je m'en vais goûter les joies du Karcher nocturne. La mer, même en colère, est belle à toute heure de la nuit. Quand les éléments se déchaînent, le sommeil est gaspillage.



Ambiance carcérale et monastique à bord...

Escale 7 - Récréation

Après toutes ces heures passées à travailler studieusement sous l'eau, dans le stress de la réussite (!!), il est temps de relâcher les "soupapes". À chaque mouillage, tout le monde scrute le décor avec avidité. Patrick décrypte les parois rocheuses pour un trail éventuel, nous autres repérons les criques pour la chasse, Pierre les antennes-satellites pour son I-phone, Will et Antoine les chèvres pour un méchoui potentiel... Les journées se terminent par une exploration, de la chasse, de la natation, chacun suivant ses envies. Pour ce qui est de la chasse, je suis surprise par les fonds. Des larges "pistes de ski" qui dévalent vers les abysses. Habitée aux reliefs escarpés du Var ainsi qu'aux surplombs à gorges, il me faudra deux plongées pour m'habituer. Cet aspect de canyon vide, révèle bien des surprises et implique une façon de

chasser différente. Ce sont des tombants vertigineux, gradués de grands plateaux, eux-mêmes décorés de madrépores, dômes, énormes pierres, trous...

Premier plateau à 20 m puis 30 m, 40 m, etc. Génial il n'y a qu'à choisir son stand ! Fred et Will s'envoient sur les 40 m et plus pour piquer les gros mérous qui restent toujours dans les sous-sols. Les badèches et les sars sont plus accessibles.

Première descente :

- Francine, t'as vu la grosse badèche ?

- Hein ? Ça ressemble à quoi une "ballemèche" ?

- Badèche ! Cherche un mérou allongé en pyjama !

Troisième descente : "Hé je l'ai vue ! Ils sont forts en pyjama dans le coin !" Après une haute voltige, je me pose sur le plateau, je glisse jusqu'à un piton. Une badèche sort le museau, se pose juste en face de moi et papillonne. "Trop facile !" J'avance le fusil, elle bondit, se pose 5 m plus loin et papillonne de nouveau. Je l'aligne tout doucement et "boïng", nouvel entrechat 4 m plus loin ! Ok... ce n'est pas si débile comme poisson. Je me suis rabat-tue sur un beau sar au sourire cosmique. Je n'oublierai jamais cette image : imaginez un sparidé arborant fièrement le dentier cabossé de grand-mère Suzanne. C'est bien la première fois qu'un sar finit sur ma flèche en souriant. Ça doit être l'hospitalité locale ! Sur la semaine, on a croisé aussi un banc de coryphènes, des gros corbs, des lichés et des dentis, de quoi aligner les heures sous l'eau sans jamais se lasser. Côté exploration, au fil des mouillages, les découvertes insolites s'enchaînent. Longer la falaise à la recherche de la source d'eau douce et chaude qui filtre par la roche, caverne sous-marine, piton gigantesque surgissant au beau milieu du bleu, agachon sous le tintement des clochettes de chèvres, sans parler d'un spot où les tombants plombaient direct à 30 m mais d'une façon incroyable. Comme des immeubles de roche démesurés qui se jettent dans une verticale parfaite, sans s'arrêter et avec plus de 25 m de visibilité. Vous vous jetez comme d'une falaise en parapente, une sensation de chute libre sans artifice.

Escale 8 - Papilles à l'affût

Les croisières, c'est aussi savoir ré-approprier la côte le temps de quelques heures et ressentir cette douce narcose du mal de terre où le "plancher des vaches" n'en finit plus de tanguer. C'est l'occasion d'accoster une fois dans la semaine dans le petit port coloré de Fiskardo, sur l'île de Cephalonie, et de faire un hold-up



Cours de sieste, élèves fortement assidus et concentrés !



Décollage palmé pour Pat avant la chute libre dans les bras abyssaux.

dans "LA" pâtisserie repérée un an plus tôt par Will. Le doute s'est souvent installé durant la semaine : croisière apnée ou croisière gastronomique ? En effet, il était rare que les conversations ne portent pas sur la cuisine, les recettes des uns, les madeleines de Proust des autres. L'estomac sur palmes le plus virulent, c'était Will. Alors que Christophe Colomb traversait l'Atlantique pour découvrir l'Amérique, Will affronte les tempêtes et motive ses troupes pour le trésor glucidique. Trésor qui fit saliver tous les moussaillons pendant des jours : "La pâtisserie du port perdu". Il fallait l'entendre avec son accent "so british" nous décrire les différentes couches de crème soyeuse et la mousse au citron aérée comme une éponge. Pied à terre, même pas le temps de s'extasier sur le rouget dodu tapi au fond du port translucide, ni le temps de compatir à la chute magistrale de l'ancêtre du voilier d'à côté, tombée du pont (après tout c'était l'occasion pour la dame de tester l'aquagym). Huit morfales dans les 6 m² d'une pâtisserie artisanale, ça fait toujours son effet.

"Mais non, baissez les mains, reprenez vos liasses, on veut juste commander une énorme tarte au citron !" Le temps que le pâtissier s'exécute, les papilles affamées filent direct se caler au resto du port. Et là c'est parti pour une farandole de calmars grillés, steak de poulpe, denti croustillant, salade grecque, halloumi, tzatziki... Le banquet des matelots prend place à même le port, juste au-dessus du clapot. L'heure est venue de récupérer le trésor savoureux, de lever l'ancre et glisser vers l'horizon pour les quelques jours qui nous restent à vivre dans l'insouciance, l'apnée, et la chasse... +