



# École de Plongée

## ACAL Strasbourg

### Qui sommes-nous ?

L'Aquatic Club d'Alsace et de Lorraine **ACAL**, créé en 1959, propose deux disciplines que sont la Voile et la Plongée sous-marine avec les sports subaquatiques, encadrées par des moniteurs diplômés et des bénévoles.

### Ces activités se pratiquent sur différents sites :

- **Pour la plongée** : le Centre Nautique de Schiltigheim, la Gravière du Fort à Holtzheim et la Gravière du Langensand à Plobsheim.
- **Pour la voile** : La Base de l'Union Nautique de Plobsheim (Base UNAP) et la Base de Voile ACAL de Gondrexange.

Conception :  03 88 48 12 80 - Crédits photos : ACAL François Clère, ©istockphoto.com  
Ne pas jeter sur la voie publique - 0223



## QUATRE SITES D'ACTIVITÉ POUR LA PLONGÉE ET LES SPORTS SUBAQUATIQUES

### Salle de cours au siège de l'ACAL

19 rue de l'Oberelsau - 67200 Strasbourg (en face du n°7)

### Centre Nautique de Schiltigheim

9 rue de Turenne - 67300 Schiltigheim

### Gravière du Fort à Holtzheim

Rue de Lingolsheim - 67810 Holtzheim [www.gravieredufort.fr](http://www.gravieredufort.fr)

### Gravière du Langensand à Plobsheim en partenariat avec le TPS

Rue du Rhin - 67115 Plobsheim (à proximité du centre sportif de Plobsheim)

GPS

N 48° 28' 645

E 7° 44' 661

## Renseignements et inscriptions

### ACAL : Le siège

19 rue de l'Oberelsau - 67200 STRASBOURG

Tél. 03 88 29 31 50 - Email : [contact@acal67.com](mailto:contact@acal67.com)

Permanence du secrétariat

**lundi, mardi, jeudi et vendredi : de 17h00 à 19h00**

[www.acal67.com](http://www.acal67.com)



# La Plongée

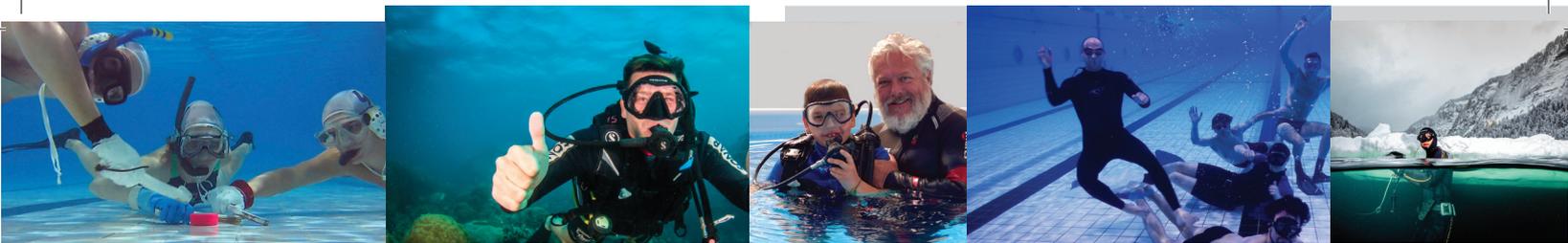
## et les activités subaquatiques



# ACAL

CLUB DE VOILE, DE PLONGÉE  
ET DE SPORTS SUBAQUATIQUES





## L'Apnée

Plusieurs disciplines de l'apnée sont pratiquées en compétition: apnée statique, apnée dynamique avec ou sans palmes, poids constant avec et sans palme, le Jump Blue et le sprint endurance ou 16x50 m ou 16x25 m.

### Quand et où ?

**Le vendredi soir > de septembre à juin**

> Centre Nautique de Schiltigheim

*En extérieur à la Gravière du Fort quand les beaux jours arrivent.*



## Le Hockey Subaquatique

L'équipe est constituée de six joueurs. Le jeu consiste en apnée à faire progresser, à l'aide d'une crosse, un palet (env. 1,3 kg) dans le but de l'équipe adverse. Le club a une section adulte et une section ado et participe aux compétitions.

### Quand et où ?

**Le vendredi soir > de septembre à juin**

> Centre Nautique de Schiltigheim



## La plongée sportive en piscine

Réaliser des gestes techniques dans un minimum de temps, parcourir des longueurs en se mesurant aux autres le plus possible, nager en équipe, trouver des objets les yeux bandés, améliorer sa condition physique.

### Quand et où ?

**Le vendredi soir > de septembre à juin**

> Centre Nautique de Schiltigheim



## La formation



Le point de départ

### Baptême

sur inscription sur le site internet : [acal67.com](http://acal67.com)

L'apprentissage

### Niveau I

Le perfectionnement

### Niveau II-III-IV

Nitrox

### Autres techniques

Formation moniteurs

### Devenir encadrant

RIFAP

Réaction et intervention face à un accident de plongée

### Obligatoire pour obtenir un niveau III

Equivalence  PADI

Infos



03 88 29 31 50