

S'initier à la planche à voile, l'un des plus grands des petits bonheurs aquatiques

Sur l'eau : la planche avec le Surf School

Plage du Sillon, à Rochebonne, entre l'hôtel des Thermes et la mer. Le Surf School, ouvert à l'année, attend les élèves. Un maillot de bain, une serviette et c'est parti : l'école fournit le matériel. Aujourd'hui, cours individuel de planche à voile. Du bonheur !

« Sportif ? », demande Germain. Bof ! Peine perdue, le gars décide pour moi : ce sera une « quatre-deux, une voile intermédiaire, m'explique-t-il. On les choisit en fonction de la force et du niveau du pratiquant. » Quatre-deux pour 4,2 m², la taille de la voile, le Surf School disposant d'une panoplie allant de 1,8 m² (pour les petits) à 7,5 m² (pour les balaises).

Première angoisse : une quatre-deux pour mes petits bras, est-ce bien raisonnable ? Du coup, je me concentre sur la partie théorie, avec le secret espoir de retarder au maximum le moment de rentrer dans l'eau. « Comment fait-on pour savoir d'où vient le vent ? », commence Germain, histoire de me mettre en confiance avec une question facile. Pas de chance, mauvais élève : « Le coup du doigt mouillé ? » Il rigole (pas trop, pour ne pas me vexer) : « Non, non, ça, ça marche moyen. Il vaut mieux regarder les drapeaux. Ou tourner la tête jusqu'à sentir le bruit du vent dans ses oreilles... C'est plus efficace. »

D'accord, d'accord... Mercredi 15 août, 15 h, petit vent (huit nœuds) orienté sud-ouest (dixit mes oreilles). Pas de panique, tout s'annonce bien. Après la météo, vocabulaire : « Le mât », nomme Germain en indiquant chaque élément (il a raison, j'ai beaucoup de retard), « la dérive et l'alleron, sous la planche », (ah ! ça,

c'est le côté dessous... très bien, je le note), « le wishbone, pour tenir la voile, et le tire-veille, qui sert à la remonter... Attention au dos et aux bras. Tout est question de position. Avant de sortir la voile de l'eau, il faut placer la planche à la perpendiculaire du sens du vent, mettre les pieds de chaque côté du mât et bien plier les genoux quand on tire sur le tire-veille, bras tendus. Ensuite, on met la main avant sur le wishbone... »

Concentré sur cette flopée de mots nouveaux, au milieu d'une plage du Sillon noire de monde, je visualise et ça passe bien. Premier essai sur le sable. Hop. Un deuxième. Hop. Facile, même pas tombé. Dernières consignes... La mer est très calme, n'étaient quelques vagues sur le bord, fendues en deux coups d'hélice par le canot de Germain. A distance raisonnable des regards moqueurs, les choses sérieuses peuvent commencer. Un, deux, planche perpendiculaire ; trois, quatre, jambes pliées (attention au dos), on tiiiire sur le tire-veille ; cinq, six, les mains sur le wishbone... « Sers ta voile avec la main gauche, crie Germain du bateau. Et garde les bras bien tendus ! »

Les bras quoi ?... Splash ! Premier bain. Elle est bonne et la chute fort douce. Bonne surprise, c'est loin d'être désagréable. Retour sur la planche. Un festival de déhanchements comiques (attention au dos) pour rester en selle. Qui finit par payer. Et quelle sensation que de sentir le souffle du vent quand l'esquif s'élançe (doucelement) vers le large ! « C'est bien, c'est bien, commente Germain. C'est bien, sauf que là, tu navigues en marche arrière. » Ça casse mon élan lyrique... et re-



Astrid Louvigné et Germain Touchais, deux des (sympathiques) moniteurs du Surf School, plage du Sillon, avec le groupe des moussaillons, prêts pour une leçon de planche. Sur l'eau : des cracks !

splash ! « T'inquiète pas, sourit Germain. Ça arrive souvent au début. » On rigole. C'est décidé : je m'y mets. Stéphane VERNAY.

Cours individuels d'une heure, 180 F (27,44 euros). Stages intensifs en petits groupes (la meilleure façon d'apprendre) : une semaine

(cinq séances, matin, après-midi ou soir) 870 F (132,63 euros) ; 1 530 F (233,25 euros) les deux ; 2 080 F (317,09 euros) les trois. Location

de planches à l'heure (confirmés) 100 F (15,24 euros) avec une adhésion Surf School (150 F/22,87 euros). Renseignements : 02 99 40 07 47.