

# le trégor

letregor@publihebdo.fr



L'hebdo du Pays de Lannion, fondé par Christian Anger et Darig Mauger

[www.letregor.fr](http://www.letregor.fr)

Du 4 au 10 avril 2013 - N° 1527 - 1,30€ - Tél. 02 96 46 67 67 - Fax. 02 96 46 53 00

32

## Canton de Lanmeur

Lanmeur

A l'affiche

### Aux Quatre-Vents, le surf a le vent en poupe

Le collège des Quatre-Vents négocie son take-off (ou prise de vague pour les néophytes). Depuis trois semaines, ils sont seize garçons et filles de 5e et 4e, à se jeter à l'eau. Une activité mise en place par les enseignants d'EPS et financée par le foyer social éducatif.

« Nous avons la chance de posséder un spot à 4 km du collège, souligne Romain Podeur, professeur d'EPS du collège des Quatre-Vents. Nous sommes partis du constat qu'ils n'étaient pas nombreux à en profiter, pour proposer une initiation aux élèves de 5e et 4e tous les mercredis après-midi. »

Dans une eau à 9° avec les combinaisons intégrales, on ne peut pas avoir froid. Mais le plus dur au final n'est pas de se jeter dans une eau, l'épreuve qui déroute n'importe quel débutant, c'est celle de la « combi ». On tire sur la combinaison isother-



■ Un petit groupe décidé à prendre la vague.

mique, on gesticule, on maudit les surfeurs à l'allure impeccable. Yann, Awena, Léa, Chloé, Arthur, Loan... tous débutants, commencent par s'échauffer : petite course et étirements, avant d'esquisser sur le sable les exercices appris la semaine dernière. « Je m'allonge et je me redresse tout de suite, attention, les pieds prennent la place des mains. »

#### Connaissance du milieu

L'heure est venue de se jeter dans les petites vagues du Moulin de la Rive, parfaites pour commencer. L'objectif : déterminer la force du courant marin pour les 90 minutes de leçon. L'important est de bien décomposer le mouvement : quand la vague approche, se

coucher, se gainer et regarder droit devant. « Et se laisser porter par la vague, précisent les deux enseignants Romain et Vincent. Et il est important de repérer ce qui va nous porter. Il y a tout un travail de sensation à développer, de connaissance du milieu et des consignes de sécurité. »

#### Le FSE achète le matériel

Avant, les gamins de la côte commençaient leurs aventures maritimes à bord d'un optimist puis d'une planche à voile. Jusqu'à ce que la mode du surf se propage et se démocratise.

Pour rendre cette pratique abordable à tous, le FSE (Foyer social culturel) a acheté les planches et combinaisons. A la fin du cycle de quatorze séances d'ici la Toussaint, les élèves seront capables de se faire plaisir sur l'eau « en toute sécurité ».

Mais d'ici là, ils pourront continuer leur apprentissage durant tout l'été.