

Passez

**AU SIDEMOUNT
POUR REDÉCOUVRIR
VOTRE FLOTTABILITÉ !**

La plongée sidemount (portage latéral) trouve ses origines dans les années 1970 à l'avantage d'un plongeur spéléo du nom de Woody Jasper qui vit là le meilleur moyen de passer les diverses étroitures que lui imposaient ses explorations. Le concept du sidemount vise à affiner flottabilité et hydrodynamique, tout en minimisant les efforts grâce à un palmage facilité et une prise à l'eau réduite.



Pour y parvenir, un simple harnais dorsal équipé d'une bouée de faible volume, auquel les blocs sont grésés en portage latéral dans un parfait alignement avec le corps. C'est dans les ajustements du harnais sur le plongeur que tout se joue : pour bien plonger sidemount, on doit personnaliser son harnais, l'ajuster avec précision et y répartir le lest en fonction de sa physiologie. Les blocs viendront rejoindre un anneau situé le long de la ceinture pour la partie inférieure, et un anneau d'épaule pour la partie supérieure. En haut comme en bas, des élastiques ("bungees") permettent de finaliser avec minutie la position des bouteilles et de toujours les maintenir exactement dans l'axe du plongeur, quelle que soit sa position sous l'eau. Sur les blocs eux-mêmes, un système d'accrochage un peu similaire à celui des "ponys" (voir *Plongeurs International* n° 124), un manomètre à tuyau court et, selon les configurations, un détendeur sur flexible long (2 m) porté autour du cou d'un côté et un détendeur à flexible conventionnel de l'autre. Les deux blocs contiennent en général un seul et même mélange : la technique veut que l'on passe régulièrement d'un bloc à l'autre pour équilibrer les volumes des deux cylindres et maintenir ainsi une flottabilité parfaite. Logique et nécessaire en plongée sous grottes, le sidemount ne paraît pas pour autant forcément utile à la plongée loisir. Ces dernières années pourtant, les leaders de la plongée loisir (PADI, SSI) ont mis en avant des cursus loisir exploitant les avantages que tout plongeur, indépendamment de son type d'activité, peut tirer du portage latéral : une méthode de flottabilité unique qui améliore les déplacements au point de se sentir presque apnéiste malgré la présence des blocs; un niveau de confort plus élevé grâce aux harnais personnalisés; plus de sécurité avec un accès aux robinetteries facilité permettant de gérer rapidement un givrage ou

un débit continu; une meilleure capacité d'assistance en cas de panne d'air avec un détendeur sur tuyau long ou même la possibilité d'échanger un bloc avec son binôme; la flexibilité de varier le volume des blocs emportés en fonction de la plongée planifiée, qu'il s'agisse de plongée loisir ou tek. Et puis, grâce au portage des blocs qui se fait séparément du harnais et à leur montage qui peut se faire dans l'eau, le sidemount est un énorme atout pour les plongeurs handicapés ou même ceux qui souffrent de mal de dos chronique. Une technique qui pourrait donc finalement très bien convenir à nombre de plongeurs et qui demande elle aussi à être essayée pour mieux pouvoir l'apprécier.

S'ÉQUIPER

On trouve des harnais sidemount chez la plupart des fabricants spécialisés dans le matériel tek comme OMS, Dive Rite, Halcyon ou Hollis, auxquels s'ajoutent xDeep, marque experte en la matière. Pour ce qui est des détendeurs, il faut passer soit par une adaptation de son système actuel, soit par l'acquisition d'un kit dédié comme il en existe par exemple chez Apeks, qui affine le choix en montant le 2^e étage à tuyau court sur une rotule rendant la mise en bouche plus agréable. Comptez entre 350 et 450 € pour le harnais et la bouée, 40 € pour remplacer le flexible d'un mano par un flexible court, 45 à 50 € pour ajouter une rotule au deuxième étage, entre 30 et 50 € un kit de fixation avec sangle basse, poignée, boucle de col et les mousquetons. Enfin, vous trouverez aussi des kits complets chez certains revendeurs.

- www.tekplongee.biz
- www.segytek.com
- www.hlbdiver.com
- www.aqualung.com

À l'Exocet et à toute son équipe pour l'aide à la réalisation des images et la mise à disposition du matériel.



Légende commune aux 3 photos (aspect technique), mise en œuvre ?



Légende générale commune aux photos



Légende commune aux photos : plusieurs situations facilitées ?
aisance ds l'eau
pas d'accrochage de bloc ds passages étroits ?
etc

