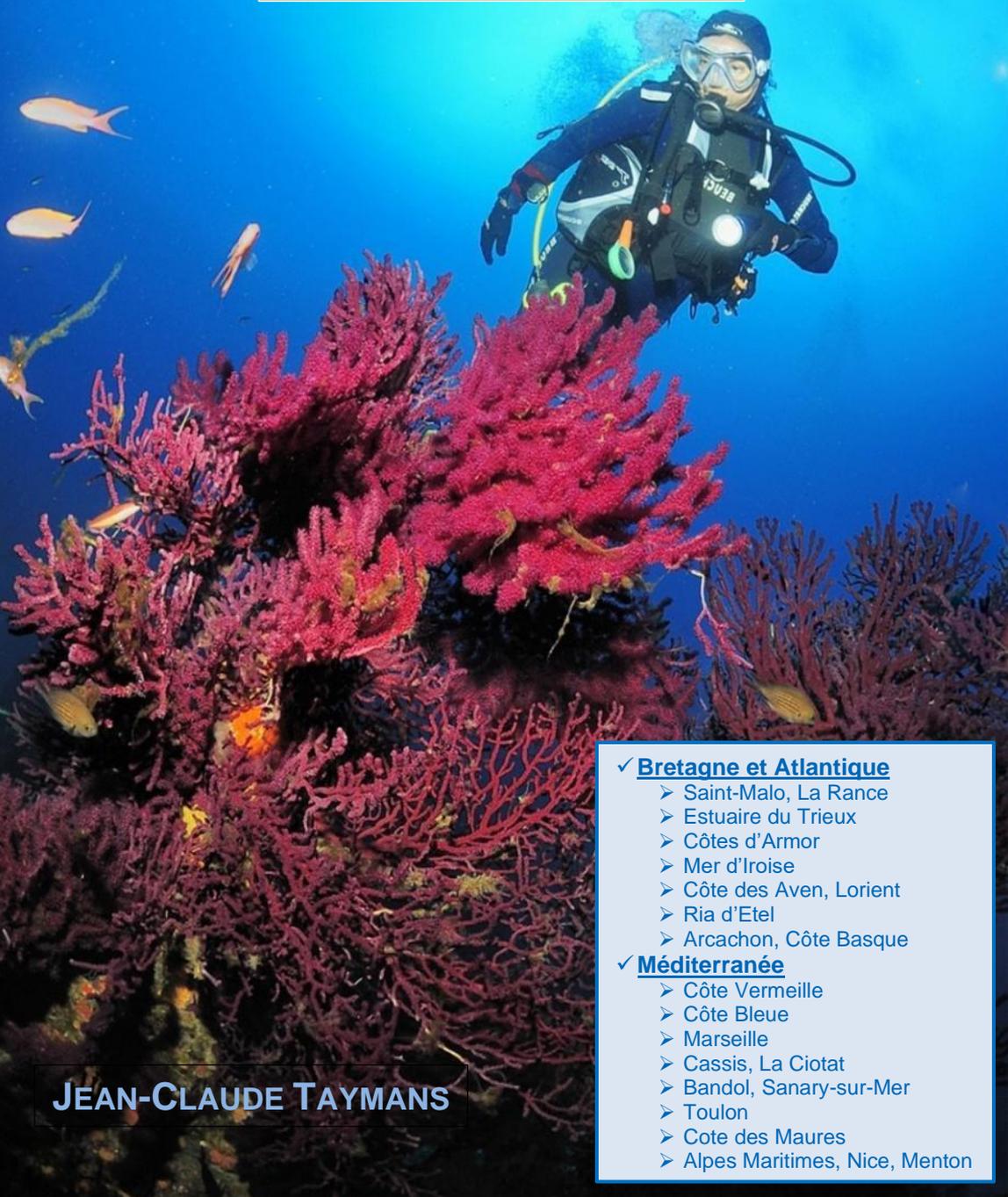


LE TOUR DE FRANCE DES PLONGEES DU BORD



JEAN-CLAUDE TAYMANS

✓ Bretagne et Atlantique

- Saint-Malo, La Rance
- Estuaire du Trieux
- Côtes d'Armor
- Mer d'Iroise
- Côte des Aven, Lorient
- Ria d'Étel
- Arcachon, Côte Basque

✓ Méditerranée

- Côte Vermeille
- Côte Bleue
- Marseille
- Cassis, La Ciotat
- Bandol, Sanary-sur-Mer
- Toulon
- Côte des Maures
- Alpes Maritimes, Nice, Menton

SOMMAIRE

- Chapitre 1. – Objectif et utilisation [Page 12](#)
- Chapitre 2. – Courants, organisation [Page 24](#)
- Chapitre 3. – Environnement et logistique [Page 48](#)
- Chapitre 4. – Sites de plongée Atlantique [Page 58](#)
- Chapitre 5. – Sites de plongée Méditerranée [Page 194](#)
- Chapitre 6. – Faune et flore [Page 499](#)
- Chapitre 7. – Annexes [Page 561](#)

IMPORTANT

- Avant d'utiliser ce guide, il est essentiel que vous preniez connaissance des **avertissements** et que vous **lissiez attentivement le chapitre d'utilisation du guide**. Ne vous contenter pas de « l'utilisation rapide » qui n'est qu'un aide-mémoire !
- Pour les plongées en Bretagne et sur la côte Atlantique lisez le **chapitre deux** en portant une attention particulière sur les **paragraphes deux et trois** qui traitent des courants et de la détermination analytique du meilleur moment pour débiter la plongée.



LE TOUR DE FRANCE DES PLONGÉES DU BORD

UTILISATION RAPIDE DU GUIDE



LE TOUR DE FRANCE DES PLONGÉES DU BORD

Nom du site

Dessins, photos....

TRAJET GPS A GOOGLE MAP B
Repère sur la carte: xx C
12

Texte descriptif, itinéraires...



LE TOUR DE FRANCE DES PLONGÉES DU BORD

Nom du site

Type de plongée : Scooter oOo CCR

Position GPS

Parking : 48 xxxxxxx°N-02 xxxxxxx°O

Site : 48 xxxxxxx°N-02 xxxxxxx°O

Carte marine : SHOM N° xxxxxx

Atlas des courants : SHOM N° xxxxxx

Technicité

Profondeur : xx m à xxx m au cap xx

Zone de plongée : x m à x m

Appréciation : n/5 Photo/vidéo : n/4

Expérience : n/3 Biodiversité : n/4

Distance du parking : xx m

Distance au tuba : xx m

Facilité d'accès : xxxxxx

Facilité de mise à l'eau : xxxxxx

Courant : faible à très fort

Matériel : liste du matériel

Protection

Contre le vent : xxxxxx

Contre la houle : xxxxxx

Parking

Payant : O/N Taille : xxxxxx

Qualité : xxxxxx

Convivialité

Fréquentation du site : xxxxxx

Sortie club : O/N

Plage : xxxxxx

Restauration : O/N WC : O/N

Douche : O/N House reef : O/N

Formations et plongées spéciales

Formation : N1... Plongée solo : O/N Plongée nuit : O/N

Plongée « Multi-niveaux » : O/N Plongée dérivante : O/N

Plongée enfant : n/5 Plongée moins valide : n/5

Plongée apnée : n/5 Randonnée palmée : n/5

Remarques



PLAN DE SECOURS Ville page

Moment de mise à l'eau
Port de référence : Nom du port
Plongée (1) HW : h.min/h.max
LW : h.min/h.max
Marnage : x à y m
Durées de la plongée : xx à yy min
Correction hauteur d'eau : page XX
Courbe de courant : Page XX
(1) Le premier chiffre correspond aux marées de vives-eaux et le second aux marées de mortes-eaux.
9

FAUNE ET FLORE I V E E I C
Nom des espèces
CURIOSITÉS A
10

Centre de gonflage
Nom - Ville (Map)
Restaurant
Nom (spécialités éventuelles)
B

1. [Position du site](#) Le lien renvoie vers l'ouverture de Google Map centré sur le parking.

- a. **oOo** indique si l'utilisation d'une configuration « Sidemount » est avantageuse.
- Scooter** indique si l'utilisation d'un scooter sous-marin (DPV) est utile.
- CCR** recommande l'utilisation d'un recycleur (plongée de longue durée).

2. [Informations techniques](#) : la profondeur, les meilleures profondeurs de plongée, l'expérience, les accès, la biodiversité, les possibilités de photographie ou de vidéo-graphie, les courants, la distance entre le parking et le site, la distance à parcourir en surface. Les profondeurs sont données par rapport aux zéro des cartes.

3. [Protection](#) contre le vent et la houle.

4. [Parking](#) : taille, qualité, payant ou non.

5. [Convivialité](#) : fréquentation, qualité de la plage, restaurant, douche, WC, house reef. **N** Site non recommandé durant les vacances ou long WE.

6. [Formation et plongées spéciales](#) : indique les possibilités de formation, de PMT, et de plongées spéciales (nuit, enfants, moins valides, solo, multi-niveau, dérivante).

7. [Dangers potentiels](#)

- a. **SOS** S'il y a besoin d'une aide pour rentrer, sortir de l'eau, porter le matériel...
- Nx Tx CCR** indiquent s'il est avantageux d'utiliser du Nitrox, du Trimix ou un recycleur

b. Logo qui indique une direction dangereuse du vent (zone en bleu).

c. logo qui indique si une plongée nettement plus dangereuse que la moyenne.



LE TOUR DE FRANCE DES PLONGÉES DU BORD

8. [Plan de secours](#). Indique la ville la plus proche pourvue d'un caisson multiplace. C'est un lien interne qui renvoie vers le plan de secours
9. [Moment de mise à l'eau](#) (uniquement pour la côte Atlantique)
 - a. Lien externe vers l'annuaire des marées qui sert à déterminer le moment de mise à l'eau à marée haute (HW) et marée basse (LW)
 - b. Variation du marnage entre les mortes et les vives eaux.
 - c. Lien interne vers les courbes de variation du courant et vers l'abaque de variation du niveau de l'eau, par rapport au zéro des cartes de marine et ce en fonction du coefficient de marée.
10. [Faune, flore et curiosités diverses](#).
 - a. Liste de la faune prédominante et d'éventuelles vidéos (You Tube).
 - b. Divers (ancres, artefacts...).
 - c. Indicateur du type de récif ou biotope
 - I** Site typique pour la région
 - V** Tombant, falaises verticale
 - S** Site spécial ou atypique pour la région
 - E** Epave
 - C** Grottes, cavités
11. [Centre de gonflage et restaurant](#)
 - a. [Nom](#) : lien externe vers le site du centre de plongée.
[Map](#) : lien externe vers Google Map (itinéraire entre le site et le centre de plongée)
 - b. [Nom](#) : lien externe vers le site du restaurant
12. [Trajet](#) : Descriptif de trajet routier.
 - a. **GPS** indique l'utilité du GPS
 - b. Lien (Google Map) qui renvoie vers l'itinéraire, le plus facile pour rejoindre le site.
 - c. Numéro de repère du site de plongée.



LE TOUR DE FRANCE DES PLONGÉES DU BORD

TABLEAU DE SELECTION DES SITES DE PLONGEES

Il permet de sélectionner rapidement un site en fonction des capacités techniques des plongeurs et des moyens logistiques dont il dispose. La sélection s'opère à l'aide de codes de couleur et de codes alphanumériques.

- **N°** : Numéro de la plongée – Distance entre la mise à l'eau et le parking.

0 - 100m	101- 200m	201 - 300m	> 300m
----------	-----------	------------	--------

- **Nom** : le plus courant du site. La couleur indique le degré de facilité.

Vert	Plongée facile
Jaune	Plongée moyennement difficile
Orange	Plongée difficile
Rouge	Plongée très difficile

- CAT : Indication sur le type de site et sur la distance à faire au tuba			
Distance au tuba			
0 - 50m	51- 100m	101 - 150m	> 150m
Type de site			
T	Site typique	S	Sites atypiques, spéciaux
V	Tombant vertical	C	Grottes
E	Epaves	H	Spécial plongée Handi

- **Exp**: Niveau croissant d'expérience du plongeur de 1 à 3 + Tec La case en bleu clair indique que le site convient bien à la plongée de nuit

- **N** : Note d'appréciation croissante de 1 à 5. La case en bleu clair indique que le site convient très bien au PMT.

- **Zone** : Meilleure zone de plongée en mètres. La case en bleu clair indique un site convenant à la formation de débutant (baptême, N1)

- **Cou**: force du courant : 0= nul ; 1=faible ; 2=modéré ; 3=fort ; 4=très fort. La case en bleu clair indique un site où l'utilisation d'un scoter (DPV) présente un avantage non négligeable

- **Cha**: Indique l'utilité d'un chariot (O/N). La case en orange indique qu'il faut une aide pour le transport du matériel, rentrer ou sortir de l'eau.

- **Gaz**: Nx Tx indiquent s'il est avantageux d'utiliser du Nitrox, du Trimix. La case en orange que la plongée présente un risque supérieur à la moyenne de la région.

- **Fam**: Idéal pour une sortie familiale : plage, resto...(O/N), Si le site convient à la plongée enfant (E). La case en bleu clair indique un site où la configuration Side-mount présente un avantage non négligeable.

N°	Nom	Région	CAT	EXP	N	Zone	Cou	Cha	Gaz	Fam	Pg
1	Pointe de Cancaval	St-Malo	S/V	2-3	2	10-15	3-4	O		N	61
2	La passagère	St-Malo	S	2	3	6-14	3	N		N	65



LE TOUR DE FRANCE DES PLONGÉES DU BORD

N°	Nom	Région	CAT	EXP	N	Zone	Cou	Cha	Gaz	Fam	Pg
3	Cale de Jouvente	St-Malo	S/V	2	3	10-16	3	N		N	67
4	Bodic	Lézardrieux	S	2	2	10-15	2-4	N		N	71
5	Ludwig Janssens	Lézardrieux	E	3	3	6-12	3-4	N	Nx	N	75
6a	Charbonnier	Lézardrieux	E	3	3	5	2-3	N		N	79
6b	Roche Donan	Lézardrieux	T	3	2	10-22	2-3	N		N	79
7	Anse du Trestraou	Perros-Guirec	T	1	1	3-10	1-3	N		O	85
8	Anse du Ronolien	Perros-Guirec	T	3	1	10-15	2-3	O		N	89
9	Squéouel	Perros-Guirec	V	3	3	15-35	2-3	O		N	93
10	Cale de Ploumanac'h	Perros-Guirec	S	2	5	12 25	2-4	O		N	97
11	Cale de Lanveoc	Brest	S	1	4	5-10	1-2	N		O/E	103
12	Rocher du Goudoul	Lesconil	S	2	3	8-12	2	N		N	107
13	Pointe de la Jument	Lesconil	T	2	2	5-10	2	N		N	111
14	Pointe du Trévignon	Concarneau	T	2	3	8=12	2	N		O	115
15	Cale du Pouldu	Concarneau	T	1	3	8-10	1-2	N		O	121
16	Pointe du Talud -Egout	Concarneau	T	2	2	10-20	1-2	O		N	125
17	Rocher Quinio	Concarneau	S	2	3	10+20	1-2	O		N	125
18	Le Perello	Concarneau	S/H	1	1	3-12	1	O		O/E	129
19	Larmor plage-Dévastation	Larmor	E	1	3	3-6	2-4	N		O	133
20	L'isère	Larmor	E	2	3	6-10	2-3	O		N	137
21	SMS Thüringen	Larmor	E	3	3	4-4	1	N	Nx	N	141
22	Rocher du Magouero	Etel	T	1	1	3-5	1	O		O/E	145
23	Pont Lorois	Etel	S	2	2	5-8	4	N		N	149
24	Vieux passage	Etel	T	2	4	10-25	3-4	N		N	153
25	Ancien Chantier Rameau	Etel	T	3	2	8-12	3-4	N		N	157
26	Magouer	Etel	T	2	3	6-12	3-4	O		O	161
27	Men Du	Etel	T	2	3	6-9	3-4	N		O	165
28	Trou St-Yves	Archachon	S/E	2	3	10-25	3	O	Nx	O	171
29	Hortense	Archachon	S	3	5	15-22	3-4	O		N	175
30	Les Sablouneys	Archachon	S	2	2	5-20	2	O		O	179
31	les Gaillouneys	Archachon	S	2	2	10-25	2	O		O	183
32	Digue de Socoa	Hendaye	S	2	1	5-15	1	O		N	187
33	Fort Charles Quint	Hendaye	V	2	3	10-15	1-2	N	Nx	N	191
34	Plage Peyrefitte	Côte Vermeille	T	1	3	5	0-1	N		O	197
35	Jetée de Banyuls	Côte Vermeille	S/E	2	1	5-12	0-1	O		N	199
36	Plage Bernardi	Côte Vermeille	T	1	1	5	0	N		O/E	203
37	Plage Sainte Catherine	Côte Vermeille	T	2	1	7-10	0	N		N	205
38	Jetée de Port Vendres	Côte Vermeille	S/E	3	3	10-25	0	N	Nx	N	209
39	Plage de Baux	Côte Vermeille	T	1	1	10-15	0	N		N	213
40	Plage de l'huile	Côte Vermeille	T	1	3	10-20	0	O	Nx	N	217
41	Plage des batteries	Côte Vermeille	T	1	3	10-20	0	O	Nx	N	221
42	Les Ragues	Côte Bleue	S	1	1	5-10	0	N		O/E	227
43	Baou-Taïlla	Côte Bleue	S	3	3	8-10	0-1	N		N	231
44	Phare de la couronne	Côte Bleue	T	1	3	10-10	0-1	N		O/E	235
45	Beumaderie	Côte Bleue	S	2	1	3-15	0	O		N	239
46	Anse de Boumandariel	Côte Bleue	T	1	3	3-10	0-1	N		O/E	243
47	Anse du Petit-nid	Côte Bleue	T	1	3	6-14	0	N		O/E	245
48	Jardin de Sausset	Côte Bleue	T	2	4	3-15	0	N		N	249



LE TOUR DE FRANCE DES PLONGÉES DU BORD

N°	Nom	Région	CAT	EXP	N	Zone	Cou	Cha	Gaz	Fam	Pg
49	Navarre – Plage sauvage	Côte Bleue	E	2	2	8-10	0	O		N	253
50	Pain de sucre	Côte Bleue	T	1	1	5-10	0	N		O/E	257
51	Madrague de Gignac	Côte Bleue	T	2	1	5-14	0-1	N		N	261
52	Calanque des Anthénors	Côte Bleue	S	2	2	5-12	0-1	O		N	265
53	Calanque de Figuières	Côte Bleue	S	2	2	5-20	0-1	O		N	269
54	Calanque de Méjean	Côte Bleue	S/V	3	4	12-38	1	O	Nx	O	273
55	Calanque de Niolon	Côte Bleue	T/S	2	2	5-20	0-1	O		O	277
56	Calanque de la Vesse	Côte Bleue	T/C	1	3	5-15	0	N		N	281
57	Plage du Fortin	Marseille	S/E	2	1	5-9	0	N		O	287
58	Musée s-m des Catalans	Marseille	S	1	3	3-5	0	N		O/E	291
59	Anse des Phocéens	Marseille	T	1	1	5-12	0	N		O	293
60	Calanque de Saména	Marseille	T	1-2	4	5-15	0	N		N	295
61	Calanque la Callelongue	Marseille	S/C	2-3	5	10-20	0	O		O	299
62	Plage Bestouan	Cassis	E	1+2	3	8-12	0	N		O/E	305
63	Anse de l'arène	Cassis	T	1	1	6-18	0	N		O	309
64	Calanque de Figuerolles	Cassis	T/C	1-3	3	10-30	0	N		N	313
65	Anse du Muguel	La Ciotat	S	2	2	6-18	1	O		O	319
66	Plage Arène Cros	La Ciotat	T	1	2	5-10	0	N		N	323
67	Plage du Liouquet	La Ciotat	T	1	2	5-9	0	O		N	327
68	Plage des Lecques	La Ciotat	S	1	1	3-4	0	N		O/E	331
69	Calanque d'Alon	Bandol	S	3	3	20-35	0-1	O	Nx	O	335
70	Plage du Capelan	Bandol	T	1	2	10-15	0	N		O/E	339
71	Plage Barry	Bandol	T	1	3	7-14	0	N		O/E	343
72	Bendor – La Fourmigue	Bandol	S	3	2	6-16	1	N	Nx	N	347
73	La Cride	Bandol	S	2	1	10-15	1	O		N	351
74	Baie de Portissol	Bandol	T	2	3	5-15	0-1	O		O	355
75	Le Gaou	Bandol	T	1-2	3	10-24	0	O		N	359
76	Plage de Verne	Toulon	S	1	2	5-10	0	O		O/E	365
77	Plage de Ste-Asile	Toulon	T/E/H	1	2	5-10	0	N		O/E	369
78	Cap Falcon	Toulon	T	2	2	6-12	0-1	N		N	371
79a	San Peyre, Grottes Piade	Toulon	C	2-3	4	5-15	0-1	O		N	375
79b	San Peyre, Rochers	Toulon	T	2	2	5-15	0-1	O		N	375
80	Oursinières	Toulon	T	1	1	5-15	0-1	N		N	381
81	Beau Rivage	Toulon	T	2	1	5-8	0	N		N	383
82	Site archéologique Olbia	Côte Maures	S/E	1	4	3-5	0	N		O/E	387
83	Ilot de La Redonne	Côte Maures	S	3	1	6-10	2	O		N	391
84	Baie du Niel	Côte Maures	T	2	3	5-15	0-1	O		N	395
85	Tour Fondue	Côte Maures	S	1	1	6	0	O		N	399
86	Plage de la Favière	Côte Maures	S	2	1	5-9	0-1	O		O	403
87	Plage St-Clair	Côte Maures	T	1	2	1-15	0-1	O		O	407
88	Pointe des Sardaiaux	Côte Maures	V	2-3	2	10-15	1	O		N	411
89	Lion de Terre	Côte Maures	T	2	3	10-30	0	N	Nx	N	415
90	Le Dramont	Côte Maures	T	2-3	2	10-25	0-1	N	Nx	N	419
91	Calanque de Trayas	Côte Maures	C	2	2	10-18	0	N		N	423
92	Plage Notre-Dame	Côte Maures	T	1	2	5-10	0	N		N	427
93	Les Figueirettes	Côte Maures	T	1	2	6-14	0	O		N	431
94	Crique de l'Aiguille	Côte Maures	T	2-3	3	6-10	1-2	O		N	433



LE TOUR DE FRANCE DES PLONGÉES DU BORD

N°	Nom	Région	CAT	EXP	N	Zone	Cou	Cha	Gaz	Fam	Pg
95	Le Graillon	Golfe Juan	T	2	2	10-20	0-1	N		N	439
96	Cap Gros	Golfe Juan	V	2-3	2	10-40	0-2	O	Nx80	N	443
97	Crique de la Garoupe	Golfe Juan	T	2	1	10-20	0-1	O		N	447
98	Bacon Bay Gde Grenille	Golfe Juan	T	3	4	5-15	0-1	N		N	451
99a	Plage du Port Crocs	Golfe Juan	S	1	1	3-20	0	N		O	455
99b	Plage de l'Eglise	Golfe Juan	S	1	1	3-35	0	N		O	455
100	Cap de Nice	Nice	V	3	3	15-40	0-2	O	Tx	N	461
101a	Dalle de Maeterlinck	Nice	T/V	3	3	15+35	0-2	O	Nx80	N	465
101b	Les trois îlots	Nice	T/S	3	5	30-40	0-2	O	Nx80	N	465
101c	Tombant des Américains	Nice	V	3	4	25-60	0-2	O	Tx	N	465
102a	Grotte du Lido	Nice	C	2	4	23-25	0-1	N	Nx	N	471
102b	Tombant du Lido	Nice	V	3	3	20-42	0-1	N	Nx80	N	471
102c	Rocher aux congres	Nice	S	3	1	30-35	0-1	N	Nx	N	471
103	Tombant d'André	Nice	V	3	2	20-35	1-2	O		N	477
104	Anse des Fosses	Nice	S/H	1	1	5-10	0	O		O/E	481
105a	La Mala - Grotte	Menton	S/C	1	1	5-12	0	O		O	487
105b	La Mala - Le cap	Menton	T	2	1	10-22	0	O		O	487
106	La Pinède	Menton	T	2	2	10-15	0-1	N		N	491
107a	Cap Martin	Menton	V	3	2	20-40	0-2	O		N	493
107b	Cap Martin - Piscine	Menton	V	3	2	20-40	0-2	O		N	493
108	Plage Hawaii	Menton	S/H	1	1	6	0	N		O/E	497



LE TOUR DE FRANCE DES PLONGÉES DU BORD

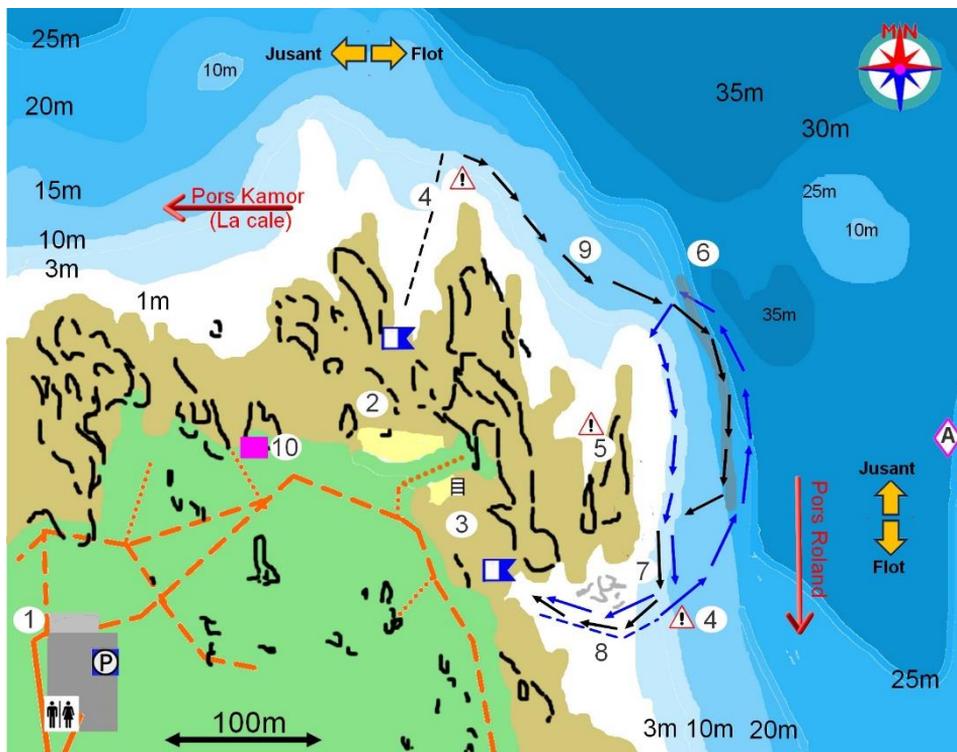
Conventions graphiques

<u>Symboles</u>			
	Escalier ou échelle		Point de mise à l'eau
	Ancre		Epave
	Port, Marina		Indique le Nord magnétique
	Dive shop, station de gonflage, automate de gonflage		Bouées latérales et spéciales
	WC		Parking
	Restaurant		Café, bar, pub, petite restauration
	Direction du vent plongée dangereuse au-delà de 4 Bft		Indique un danger ou des précautions particulières à prendre
	Food truck		Point de déchargement du matériel.
<u>Conventions topographiques</u>			
	Zone d'habitation		Terrain en général
	Empierrements		Parking, aire de repos
	Falaises, pentes abruptes sans possibilité d'escalade		Plage
	Zone verte		Stran
	Végétation, arbres		Mer en fonction de la profondeur
	Bâtiment remarquable, repère		Plongée interdite
<u>Routes, chemins et itinéraires</u>			
	Route		Itinéraire de plongée
	Chemin		Trajet en PMT



LE TOUR DE FRANCE DES PLONGÉES DU BORD

Squéouel (Squewel)



TRAJET **GPS**

[GOOGLE MAP](#)

Repère sur la carte: 09

A partir de l'Annon E50, prendre la D788 en direction de Perros-Guirec. Le plus simple, pour éviter de se perdre dans les petites rues consiste à contourner Perros-Guirec par la D788. Puis suivre le panneau Ploumanac'h. Au « T » à Saint-Guirec prendre à droite et suivre le panneau « Pors Kamor »

1. Parking réservé aux plongeurs
2. « La Goélette »
3. « Plage Louis XI »
4. Risque de contre-courant aléatoire
5. Danger : Faille risque d'aspiration, ne pas pénétrer
6. Tombant
7. Eboulis
8. sable
9. Itinéraire en dérive
10. Ancienne poudrière

Profondeur suivant le zéro des cartes.

[Facteur de correction](#)

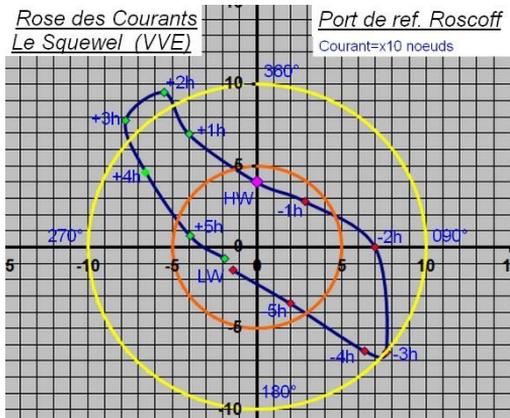
La plongée au Squéouel est une belle alternative lorsque qu'il y a vraiment trop de plongeurs à la cale de Ploumanac'h. Il y a pourtant quelques inconvénients : la cale et le Squéouel partagent le même parking et le portage le long du chemin des douaniers est assez pénible. Il convient de choisir de préférence des marées à faible coefficient



LE TOUR DE FRANCE DES PLONGÉES DU BORD

Le Squewel « A »			
	VVE	VME	Direction
-6	2	1	225
-5	4	3	165
-4	9	5	135
-3	10	6	115
-2	7	5	090
-1	4	3	045
HW(PM) 0	4	3	360
1	8	5	345
2	11	7	330
3	11	7	315
4	8	7	305
5	4	5	280
6	2	2	260

48°50,2'N – 03°27,8'O
 VVE et VME : x10 noeuds
 Port de référence : **Roscoff**
 HW Perros = HW Roscoff + 30 minutes
 LW Perros = LW Roscoff + 30 minutes



et se mettre à l'eau vers le début de la marée montante. De cette manière le courant va ramener les plongeurs vers la plage dite de « Louis XI¹ ». Cette plage est le point de sortie de l'itinéraire en dérive (itinéraire noir), ou le point de départ d'une plongée vers les nord (itinéraire bleu). La plongée en

dérive, pour des plongeurs expérimentés, se fait au départ du lieu-dit « La Goëlette ». Mais ce n'est possible que par un temps très calme, sans vague et il est très difficile de sortir de l'eau à cet endroit ! Pour retrouver la plage, après un éboulis très caractéristique, il faut prendre le cap 270°. Il convient de se méfier au droit de cet éboulis, la configuration du fond est susceptible d'engendrer un contre-courant imprévisible. En cas d'incident, il y a deux points de sortie possible possible en fonction du courant. Ne jamais tenter de grimper sur les rochers ! Vers l'ouest la cale de Pors Kamor (500m) et vers le sud la plage de Pors Rolland

Le parking qui désert deux sites de plongée : le Squewel et la cale de Ploumanac'h. (Pors Kamor)



¹ Note de l'auteur : Je ne pense pas que ce soit le nom officiel !



LE TOUR DE FRANCE DES PLONGÉES DU BORD



En haut : « la Goélette »
En bas : la « Plage Louis XI »
A droite : l'ancienne poudrière



LE TOUR DE FRANCE DES PLONGÉES DU BORD

Squéouel (Squewel)

Type de plongée : **CHA** **oOo**

Position GPS

Parking : [48,835594°N – 03,480349°O](#)

Site : 48,836040°N – 03,474692°O

Carte marine : SHOM N° 7125L

Atlas des courants : SHOM N°563

Technicité

Profondeur : 35m à 150m au cap 070

Zone de plongée : 15 à 35m

Appréciation : 3 Photo/video : 3/4

Expérience : 3 Biodiversité : 3/4

Distance du parking : 450m

Distance au tuba : 30-50m

Facilité d'accès : assez difficile (escalier)

Facilité de mise à l'eau : +/- facile ⁽¹⁾

Courant : moyen a fort

Matériel : parachute de palier, compas

Protection

Contre le vent : moyenne

Contre la houle : faible

Parking

Payant : oui Taille : grand

Qualité : assez bonne Hauteur max :2m

Convivialité **N**

Fréquentation du site : moyenne

Sortie club : non

Plage : non

Restauration : non WC : oui (parking)

Douche : non House reef : non

Formations et plongées spéciales

Formation : non

Plongée solo : possible

Plongée nuit : non

Plongée « Multi-level » : oui

Plongée dérivante : oui

Plongée enfant : 0/5

Plongée moins valide : 0/5

Plongée apnée : 2/5

Randonnée palmée : 2/5

Remarques

⁽¹⁾ Facile à la plage Louis XI, difficile à la « Goélette ». La plage Louis XI est le seul point de sortie sécurisé

DANGERS POTENTIELS

- Courant
- Navigation maritime
- Arts de pêche, filets...
- Profondeur
- Contre-courant



PLAN DE SECOURS § 7 : Brest

Moment de mise à l'eau

Port de référence : [Roscoff](#)

Plongée (1) HW :-

LW : - 0.45 / - 0.45

Marnage 3 à 8 m

Durée de la plongée : 40 à 50 min

Correction hauteur d'eau : [page 83](#)

Courbe de courant page 94

(1) Le premier chiffre correspond aux marées de vives-eaux et le second aux marées de mortes-eaux.

FAUNE ET FLORE



Homards, phoques, laminaires

CURIOSITÉS

Centre de gonflage

[Perros plongée](#) – Perros-Guirec ([Map](#))

[Plongeurs Bretons](#) – Trégastel ([Map](#))

Restaurant



LE TOUR DE FRANCE DES PLONGÉES DU BORD

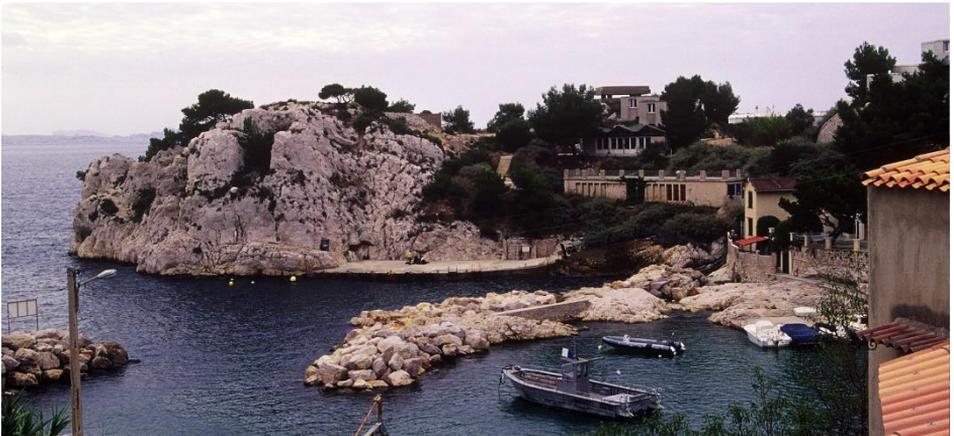
LES SITES DE PLONGEE DE LA COTE MEDITERRANEENNE

La Méditerranée est une mer fermée qui n'est pratiquement pas exposée aux marées. Le marnage ne dépasse pas 30 cm. Cela ne signifie pas pour autant qu'il n'y a pas de courant. Les courants sont principalement dus aux conditions météorologiques, ce qui les rends plus imprévisibles que les courants de marée.

Les côtes sont le plus généralement très escarpées, ce qui réduit le nombre de sites accessibles du bord. De plus la « plongée du bord » n'est pas dans l'ADN des autochtones. Néanmoins ces dernières années le prix des plongées, du carburant...ainsi qu'une volonté d'émancipation de plus en plus marquée vis-à-vis des clubs et autres structures font que de plus en plus d'autochtones découvrent cette forme de plongée.

Les calanques

Les calanques sont des vallons profonds et étroits à bords escarpés en partie submergées dans la mer. Parc National depuis le 18 avril 2012, elles offrent des abris naturels pour la navigation et des sites de plongée du bord multiples et variés. Le massif des calanques s'étire sur près de vingt kilomètres entre les Goudes au sud de Marseille et Cassis. La côte bleue au nord de Marseille présente également de nombreuses calanques facilement plongeables du bord. En été, l'accès en voiture peut y être réglementé. La réglementation est assez fluctuante, il faut s'assurer auprès d'un office du tourisme que la calanque que l'on désire visiter est accessible. Les randonnées y sont magnifiques mais il convient d'avoir de bonnes chaussures de marche, le pied sûr et être exempt de vertige !



Calanque de Niolon



LE TOUR DE FRANCE DES PLONGÉES DU BORD

La Côte Bleue

Elle se situe à l'ouest de Marseille de la pointe de Corbière jusqu'à Caro. Les collines de la chaîne de l'Estaque protègent assez bien cette côte du Mistral. Ce vent catabatique² violent et froid, qui vient du nord, souffle régulièrement sur la région le plus souvent en hiver et au début du printemps. Géologiquement la côte présente deux aspects antagonistes. Entre Carro et Méjean c'est une côte rocheuse basse, puis entre Méjean et l'Estaque ce sont des falaises entrecoupées de calanques. Au large, sur les haut-fond les variations de conditions météorologiques peuvent engendrer des courants. Le long des côtes, ceux-ci sont très faibles.

Partie Ouest entre Carro et Sausset



Entre Carro et Sausset

- 42 Ragues de Carro
- 43 Baou-Taïlla
- 44 Phare de la couronne
- 45 Beaumaderie

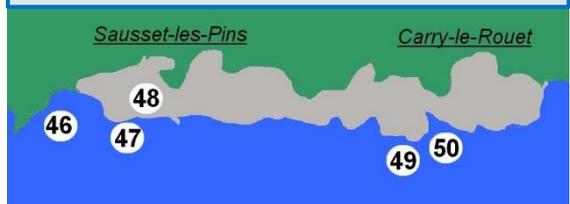
Entre Sausset et La Redonne

- 46 Anse de Boumandariel
- 47 Anse du Petit-nid
- 48 Jardin de Sausset
- 49 Le Navarre
- 50 Pain de sucre

Entre La Redonne et L'Estaque

- 51 Madrague de Gignac
- 52 Calanque des Anthénors
- 53 Calanque de Figuières
- 54 Calanque de Méjean
- 55 Calanque de Niolon
- 56 Calanque de la Vesse

Partie Ouest entre Sausset et La Redonne



Les calanques entre La Redonne et L'Estaque.



² Ce dit d'un vent froid qui qui « dévale » une pente par gravité. La masse volumique d'un air froid étant plus importante que celle de l'air chaud à la partie inférieure du relief.



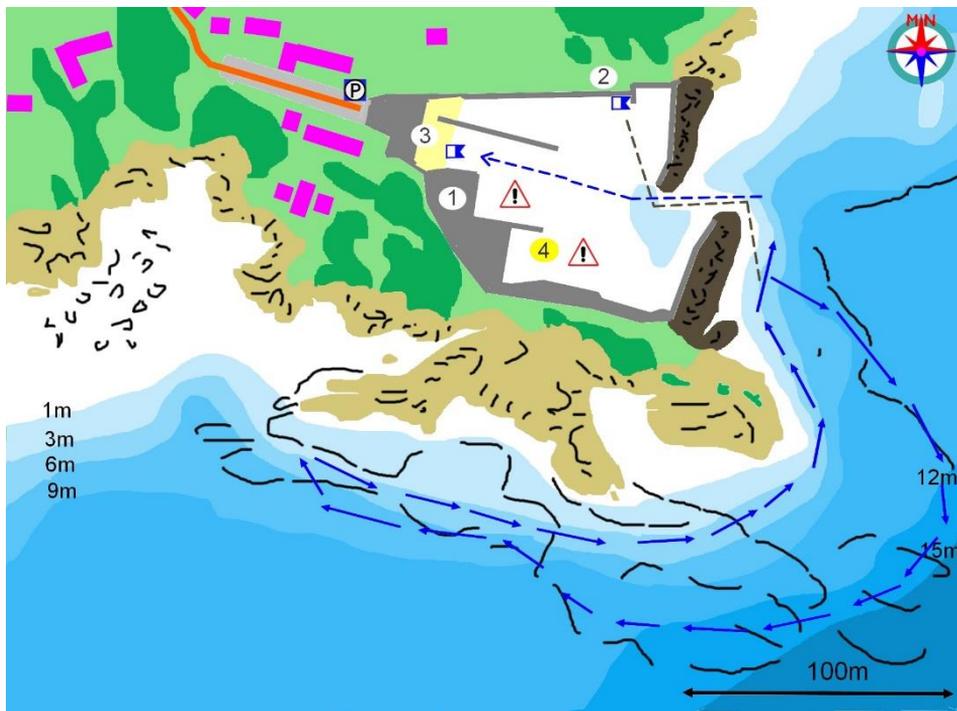
LE TOUR DE FRANCE DES PLONGÉES DU BORD

En période estivale, l'accès aux calanques est limité par arrêté. Il vaut mieux arriver sur les lieux avant 8.00h. Les horaires sont complexes et changeant il est conseiller consulter la mairie [d'Ensuès-la-Redonne](#).

Les chemins qui conduisent aux calanques sont étroits et sinueux. Il est parfois difficile de passer avec un camping-car et de s'y croiser.



Madrague de Gignac



1. Port de la Madrague
2. Mise à l'eau
3. Mise à l'eau alternative, point de retour
4. Prudence renforcée, navigation de plaisance

Profondeur suivant le zéro des cartes.

TRAJET GPS
[MAP](#)

[GOOGLE](#)

Repère sur la carte: 51
Sur l'A7 prendre la sortie A55 en restant sur la droite. Sur la A55 prendre la sortie 7 en direction de Gignac. Au rond-point après la sortie prendre la 4^e sortie en direction de Marseille et suivre la D568 puis la D5 en direction de Carry. A Ensues-La-Redonne suivre la D48D jusqu'à La Redonne. Au « Y » prendre le chemin de gauche (chemin de la Madrague)

Une madrague est un filet de pêche destiné à capturer des thons. D'anciens port de pêche conservent ce nom car jadis la pêche aux thons y était pratiquée. C'est une plongée facile mais le grand point noir est la mise à l'eau. Elle se fait au milieu des bateaux de plaisance dans le petit port. C'est la raison pour laquelle cette plongée ne convient qu'à des plongeurs avertis. Il convient de se montrer particulièrement prudent surtout au



LE TOUR DE FRANCE DES PLONGÉES DU BORD

retour, ou la sortie du parachute de palier est indispensable. La plongée, consiste à suivre le tombant main droite, contourner l'avancée rocheuse et revenir par le chemin inverse. La mise à l'eau N°2 est la plus pratique.

Il vaut mieux se garer une centaine de mètres avant le port de manière à pouvoir effectuer un demi-tour, ce qui est impossible si les places de parking sont toutes occupées devant le port.





LE TOUR DE FRANCE DES PLONGÉES DU BORD



Mise à l'eau N° 2



LE TOUR DE FRANCE DES PLONGÉES DU BORD

Madrague de Gignac

Type de plongée :

Position GPS

Parking : [43,331152°N – 05,194897°E](#)

Site : [43,330087°N – 05,197253°E](#)

Carte marine : NAVICARTE N°505

Technicité

Profondeur : 18 m à 200 m au cap180

Zone de plongée : 5 à 14 m

Appréciation : 1 Photo/video : 1/4

Expérience : 2 Biodiversité : 1/4

Distance du parking : 60 m

Distance au tuba : 150 m

Facilité d'accès : +/- facile (escalier)

Facilité de mise à l'eau : facile

Courant : nul à faible

Matériel : parachute de palier, compas

Protection

Contre le vent : faible

Contre la houle : faible

Parking

Payant : non Taille : petit

Qualité : médiocre (dans les rues)

Convivialité

Fréquentation du site : faible

Sortie club : non

Plage : non

Restauration : non WC : non

Douche : non House reef : non

Formations et plongées spéciales

Formation : non

Plongée « Multi-level » : non

Plongée enfant : 0/5

Plongée apnée : 0/5

Plongée solo : oui

Plongée dérivante : non

Plongée moins valide : 0/5

Randonnée palmée : 0/5

Remarques

Accès limité en période estivale. Consulter la [mairie](#) pour les horaires. [Pour éviter les surprises, arrivez sur le site avant 8.00h](#)

Plongée urbaine, soyez discret.

DANGERS POTENTIELS

- Navigation maritime
- Port de plaisance



PLAN DE SECOURS §7: [Marseille](#)

Moment de mise à l'eau

Les maranges sont tellement faibles qu'ils n'engendrent pas ou peu de courants liés aux marées.

Il n'y a donc pas de moment précis pour commencer la plongée.

FAUNE ET FLORE T

Sars, saupes, Saint-Pierre (occasionnel), labres, girelles

[Vidéo terrestre](#)

CURIOSITÉS

Surplomb, bloc rocheux

Centre de gonflage

[Plongée Passion](#) – Carry ([Map](#))

[Côte Bleue Plongée](#) – Sausset ([Map](#))

Restaurant



LE TOUR DE FRANCE DES PLONGÉES DU BORD

Les mammifères marins

(Ph). Chordata

Le nom provient de la notochorde, une lamelle cartilagineuse d'origine mésodermique située du côté dorsal de l'animal, mais ventrale par rapport au tube nerveux. Elle joue un rôle crucial lors de l'embryogenèse et a en outre un rôle de soutien et de protection du tube nerveux chez les chordés primitifs. Chez les vertébrés, qui constituent un sous-embranchement des chordés, la notochorde régresse généralement à l'âge adulte pour être remplacée par la colonne vertébrale.

(CL). MAMMALIA

Les femelles allaitent leurs petits. Un certain nombre de lignées ont évolué vers un mode de vie aquatique tout en conservant les poumons. C'est le cas des cétacés.

(O). Cetacea (Cétacé)

(Fam). Delphinidae

(E). Dauphin commun (*Delphinus delphis*) [Linnaeus, 1758]. La taille du dauphin est de 1,8 à 2,6m pour un poids de 75 à 115 kg. C'est un prédateur qui chasse en meute, principalement des poissons proches de la surface. Il est très rapide, sa vitesse peut atteindre 50 km/h. Le dauphin commun à long bec (*Delphinus delphis capensis*) est une sous-espèce.

Biotope : Méditerranée, Atlantique



NOAA (Wikipedia) (CC0)

[Lien vers DORIS](#)

(O). Carnivora

(Fam). Phocidae

(E). Phoque commun (F) [©] (*Phoca vitulina*) [Linnaeus, 1758]. Adulte, ils pèsent entre 60 et 145 kg pour les mâles avec une taille de 1m70. On les voit souvent se dorer au soleil sur les plages. Peu agressif et curieux, ils viennent souvent à la rencontre des plongeurs.

Biotope : Atlantique nord

[Lien vers DORIS](#)



Charles J. Sharp © (Wikipedia) (CC-BY-SA)