

07 : Le plongeon

Le nouveau centre aquatique modulaire de Seine Saint-Denis est situé à proximité du Stade de France. Son architecture novatrice se caractérise par une ossature en bois recouverte d'un demi-hectare de panneaux photovoltaïques assurant l'autosuffisance énergétique de cet équipement. A l'intérieur, deux bassins de 50 mètres et du côté plongeurs, différentes hauteurs et supports de plongée : deux tremplins souples d'un mètre, deux de trois mètres et une tour en béton étagées à trois mètres, cinq mètres, sept mètres cinquante et dix mètres pour les plongées de haut-vol.

Ces épreuves ont pour origine d'aériens gymnastes suédois, allemands et anglais qui, dès les dix-huitièmes siècles préféraient s'entraîner en atterrissant dans l'eau plutôt que de se réceptionner sur le sol.

Pour évaluer les figures acrobatiques des plongeurs, les sept membres du jury s'appuient sur une liste de figures établie par chaque athlète. Ils arbitrent ensuite l'élégance, l'esthétique, coefficientées par la difficulté des enchaînements et la précision des exécutions de chaque phase du plongeur. L'approche, l'envol, la technique, la grâce et l'entrée dans l'eau.

Trois des postures les plus spectaculaires sont représentées sur l'image.

En bas, à gauche, le profil de la plate-forme de plongée est marqué par un trait horizontal, renforcé en partie inférieur. Nous sommes au bout du plongeur sur lequel les phases d'approche et le saut d'appel viennent de se terminer

Au-dessus, la plongeuse est en départ d'envol pour une première figure de vrille dite en tire-bouchon. Elle a utilisé toute sa force de détente pour s'élever en l'air. Les pieds sont groupés, les orteils pointés, les jambes tendues, le haut du corps amorce une rotation pendant que les bras exécutent un mouvement asymétriques incitant une déviation gyroscopique du corps lancé par l'impulsion initiale.

La figure centrale montre la même plongeuse, toujours en vol, quelques fractions de secondes plus tard. Elle effectue une figure de saut périlleux carpié fermé. C'est une roulade en l'air représentée de profil. Le corps est plié au niveau des hanches, les jambes accolées sont maintenues droites, les pieds restent pointés, les genoux sont maintenus groupés contre la poitrine, enfermés par les bras. Le corps est en rotation, la plongeuse va stopper cette rotation pour adopter une trajectoire verticale, perpendiculaire à la surface de l'eau.

Tout à droite de l'image, son corps de quasi-profil est représenté dans la position d'entrée dans l'eau, figurée tout en bas à droite par des traits ondulés. Remarquez la position des mains cramponnées l'une à l'autre afin de limiter le choc de la tête avec la surface aquatique. La tension et l'alignement corporel sont palpables, Les orteils toujours pointés, les pieds joints, les jambes accolées, le corps droit, les bras encadrant la tête bien positionnée dans le prolongement de la nuque.

La vitesse de contact avec l'eau dépasse les 50 kilomètres / heure. La chute est liée à la gravité terrestre, donc est indépendante de la taille ou de la masse des athlètes. Si la position est bonne, de très faibles éclaboussures jaillissent lors de cette phase ultime de pénétration aquatique.

Dans l'épreuve de plongeur de Haut vol, à partir de la plate-forme des dix mètres, chaque participant exécute cinq groupes de figures et pour chacun des groupes, les femmes réalisent cinq plongeurs et les hommes six.

Des épreuves de plongeurs synchronisés se caractérisent par les sauts simultanés de deux plongeurs effectuant des figures coordonnées.