

# Plongez avec nous en conditions extrêmes

Conférence en hybride

58 cours Belsunce - 13001

GPS : 58 cours Belsunce - 13001

Le 21 mars 2026 | 18:00

Comme dit l'adage : le souffle c'est la vie. Notre manière de respirer reflète même notre état physique et émotionnel. Un individu normal ne peut donc pas interrompre sa respiration bien longtemps et respirer autre chose que l'air atmosphérique peut s'avérer dangereux. Comment font donc les apnéistes professionnels pour rester aussi longtemps sous l'eau, sans respirer? Quels sont les défis relevés par les plongeurs en bouteille ou en scaphandre autonome à des profondeurs extrêmes? Ces questions interrogent au sens large la relation corps-cerveau. Lors de ce débat nous dévoilerons quels sont les secrets des champions apnéistes et plongeurs. Nous résumerons quelques mécanismes clés qui nous permettent de contrôler notre respiration, de nous préparer avant d'effectuer une apnée, ou encore de nous adapter aux différents gaz utilisés dans la plongée extrême. Enfin, nous parlerons des risques liés à ces pratiques dont l'ivresse des profondeurs. Disponible en live sur la chaine YouTube de l'Alcazar :

<https://www.youtube.com/@bibliothequesdemarseille/streams>

## Orateur(s)

## Admission

Nicolas VALLEE Chercheur, chef de projet de recherche, Institut de Recherches Biomédicales des Armées, Équipe de Recherche Subaquatique Opérationnelle (Toulon)  
Christian GESTREAU Professeur Aix-Marseille Université , Institut de Neurobiologie de la Méditerranée (INMED, Marseille)  
Nathalie LORENZO Ingénieure de

Gratuit

Recherche au Centre de Recherche en  
Psychologie et Neurosciences (CRPN,  
Marseille)  
Olivier COQChargé de Recherche CNRS  
à l'Institut des Sciences du Mouvement  
(ISM, Marseille)

### **Pour plus d'informations**

[cerveaupointcomm@gmail.com](mailto:cerveaupointcomm@gmail.com)

<https://www.cerveaupointcomm.fr>