

## 10 SITES OÙ DÉCOUVRIR LA PLONGÉE

### Sur l'île de Bendor, au large de Bandol

À 4 minutes en bateau de Bandol, Bendor a été aménagée dans les années cinquante par Paul Ricard. Insolite, elle comporte le plus petit port de Méditerranée (9 anneaux) des statues, des villas, des musées dédiés aux apéritifs et à la peinture... Et parmi ses trésors, un centre de plongée, le CIP Bendor qui y jouit d'une plate-forme privée et accueille dans des hébergements rustiques mais sur l'île, un privilège.

◆ Pack découverte 3 plongées : 150 €. Hébergement : 17 € la nuitée. Centre international de plongée, tél. : 06 77 69 53 12, plongee-cip-bandol.fr



Rencontre improbable dans les eaux de Bendor.

### À Port-Vendres, à la frontière espagnole

Ce coin de la Côte Vermeille est doublement protégé, par la réserve marine de Cerbère-Banyuls, la plus ancienne de France (1974) et par le parc naturel marin du golfe du Lion, le plus grand de Méditerranée. Le Centre d'activité plongée de Port-Vendres propose toutes sortes de baptêmes et de formations. Un exemple : plongée niveau 1, 360 € les 6 plongées, plongeur encadré 40 m, 280 €. Tél. : 04 34 12 09 27, plongee66.com

◆ L'hôtel et résidence Béar, dans une crique à 3 km de Collioure, propose des nuits à tarifs spécial plongeurs à partir de 40 € la nuit. Hôtel et Résidence Béar, tél. : 04 68 98 01 04 et hotel-residence-bear.com

### Dans l'archipel du Frioul, non loin de Marseille

Marseille est la capitale française de la plongée où l'on répertorie 50 sites naturels de plongée et plus de 30 épaves. Les plongeurs privilégient deux archipels de la rade : l'archipel de Riou, pour les bancs de saupes entourant le site des Impériaux, et le Frioul, accessible par navette depuis le Vieux-Port.

◆ Plongée Frioul assure des baptêmes de plongée (60 €) et fait passer tous les niveaux (niveau 1 : 390 €). Hébergement sur l'île à partir de 30 € la nuit. Tél. : 06 03 51 11 49, plongemarseillefrioul.com

### Initiation en binôme à Cavalaire

La baie de Cavalaire au fond de laquelle repose 12 épaves, se prête à la découverte de la plongée à bord du yacht Tiki Dive King. Ce forfait pour deux comprend un baptême, un dîner et une nuit à La Villa Provençale.

◆ De 152 à 167 € par personne, tél. : 04 94 55 22 00, weekend-provence.fr

### Dans le parc naturel marin de Port-Cros

La réserve marine de Port-Cros autorise la plongée autour de l'île. Elle réunit, sur 1 300 hectares, le meilleur de la flore et de la faune sous-marine en Méditerranée. Plonger de l'île permet d'être les premiers sur les épaves du Grec et du Donator ou sur l'îlot de la Gabinière. Le Sun plongée dispose de 3 bateaux et de 6 chambres dans une maison de pêcheurs rénovée.

◆ 1/2 pension par personne, de 98 à 118 €. Randonnée palmée 28 €, plongée à l'unité 45 €, sun-portcros.com

### À Lanzarote, pour ses requins anges

Les fonds sous-marins volcaniques entourant la petite île des Canaries



Le cap de Creus, près de Cadaqués, recense plus de 20 sites de plongée.

### Ustica, en mer Tyrrhénienne

Rustique et sauvage, la petite île d'Ustica, au large de la Sicile, est entourée par la première zone marine protégée d'Italie. Ses eaux cristallines et ses grottes abritent de multiples espèces.

◆ Centre de plongée Perla Nera, séjours de 7 nuits et 6 plongées à l'hôtel Spalmatore de 710 à 885 €. Transport en sus. Tél. : 07 62 31 92 18, bulleitalienne.fr

### Sur les mosaïques romaines de Naples

À 20 km de Naples, sous le Vésuve, un parc archéologique protège les vestiges immergés de Baia, station balnéaire florissante de la Rome antique. Statues, thermes, mosaïques entre 5 et 16 m de profondeur se découvrent sous l'eau.

◆ Une plongée à faire avec le Centro Sub Camoi Flegrei Diving Center, 35 € la plongée, 20 € le snorkeling, centrosubcampiflegrei.it. À partir de 197 € le week-end à Naples, lastminute.com

### Dans une crique, en Catalogne

Près de Cadaqués, sous le cap de Creus classé réserve naturelle, la crique de Cala Montjoi borde une baie idyllique. Plus de 20 sites sont répertoriés parmi lesquels El Gato avec ses tombants tapissés de gorgones rouges. Cette destination fait partie de la sélection "Vacances Famille" et propose de nombreuses autres activités.

◆ De 566 € à 795 € la semaine avec 10 plongées pour les plongeurs autonomes. Subocea, tél. : 04 95 06 12 39, subocea.com

étonnent autant que les champs de lave à sa surface. Raies pastenagues, coraux mous, et les stars de l'île, hippocampes et requins anges qui ressemblent à des tubes de lave. Autre curiosité : le Museo Atlantico, premier musée sous-marin d'Europe, un récif artificiel de sculptures en béton à 12 m de profondeur dans la Baie de Las Coloradas. Le site est adapté aux personnes en situation de handicap.

◆ 1 semaine TTC à l'hôtel Costa Calero Talaso and Spa au départ de Paris, 10 plongées comprises, à partir de 1 229 €, tél. : 04 95 06 12 39, subocea.com



Le requin ange a des faux airs de raie.

### À Paros, dans les Cyclades

Monitrice de plongée, Sara Goretta prend le temps d'admirer la biodiversité plutôt que de traquer les gros poissons. Son Cycladic Diving, au sud de Paros, dans les Cyclades, dispense des cours Padi en français. Depuis le petit port d'Aliki, on part avec Sara et son équipe découvrir des cavernes, des plongées archéologiques, et les frayères autour de l'île d'Antiparos.

◆ 7 nuits à l'hôtel Narges et 6 plongées, vol compris, à partir de 1 284 €. UltraMarina, tél. : 0 825 02 98 02, ultramarina.com