



## PROGRAMME de LC/MA

### Novembre 2026

*Sous réserve des conditions météorologiques*

Animateurs : Jean-Claude ANDOUARD 06 87 17 44 59 - Michel BODIN 06 75 00 95 45 - Didier CANTARUTTI 07 81 41 22 79 - Magalie FOLIARD 06 86 75 53 62 - Véronique FROMONT 06 48 29 75 40 - Alain HERNIOTE 06 61 23 92 45 - Brigitte LACROIX 06 77 34 56 87 - Michel MONNET 06 32 75 99 35 - Bernard RONDIN 07 82 19 07 00 - Gérard VIEIRA 06 31 47 70 26

RDV 10 à 15 Minutes avant l'heure de départ indiquée

- *Attention à bien vérifier les heures et lieux de RDV qui peuvent différer selon les marées ou au gré de nos envies*

**sorties LC/MA pour tous**

**sorties « Sportif »**

| Jour     | Date       | Lieu        | Hauteur d'eau |       | Horaire | Lieu de rendez-vous              | Directeur de sortie |
|----------|------------|-------------|---------------|-------|---------|----------------------------------|---------------------|
| Samedi   | 31/10/2026 | Saint-Malo  | 6,17          | 4,7   | 14h00   | Plage du Pont - Davier           | Véronique           |
| Mardi    | 3/11/2026  | Saint-Malo  | 9,46          | 9,11  | 14h00   | Plage du Pont - Davier           | Bernard             |
| Mardi    | 3/11/2026  | Saint-Malo  | 9,46          | 9,11  | 14h00   | Plage du Pont - Davier           | Jean-Claude         |
| Samedi   | 7/11/2026  | Saint-Malo  | 5,42          | 8,04  | 14h30   | Plage du Pont - Davier           | Gérard              |
| Dimanche | 8/11/2026  | Saint-Malo  | 6,9           | 4,93  | 9h30    | Plage du Pont - Rue de la Grève  | Véronique           |
| Mardi    | 10/11/2026 | Saint-Malo  | 2,25          | 2,62  | 14h00   | Sillon 6 - Avenue Jules Simon    | Michou              |
| Mardi    | 10/11/2026 | Saint-Malo  | 2,25          | 2,62  | 14h00   | Sillon 5 - Avenue Charles Prevet | Brigitte            |
| Samedi   | 14/11/2026 | Saint-Malo  | 5,07          | 4,02  | 14h00   | Sillon 6 - Avenue Jules Simon    | Didier              |
| Samedi   | 14/11/2026 | Saint-Malo  | 5,07          | 4,02  | 14h00   | Sillon 5 - Avenue Charles Prevet | Véronique           |
| Mardi    | 17/11/2026 | Saint-Malo  | 7,81          | 6,93  | 14h00   | Plage du Pont - Davier           | Bernard             |
| Mardi    | 17/11/2026 | Saint-Malo  | 7,81          | 6,93  | 14h00   | Plage du Pont - Davier           | Jean-Claude         |
| Samedi   | 21/11/2026 | Saint-Malo  | 7,97          | 9,55  | 14h00   | Plage du Pont - Davier           | Michou              |
| Dimanche | 22/11/2026 | Saint-Malo  | 6,14          | 4,58  | 8h30    | Plage du Pont - Rue de la Grève  | Brigitte            |
| Mardi    | 24/11/2026 | Saint-Malo  | 2,24          | 4,05  | 14h00   | Sillon 6 - Avenue Jules Simon    | Bernard             |
| Mardi    | 24/11/2026 | Saint-Malo  | 2,24          | 4,05  | 14h00   | Sillon 5 - Avenue Charles Prevet | Brigitte            |
| Samedi   | 28/11/2026 | Saint-Malo  | 4,52          | 3,05  | 14h00   | Sillon 6 - Avenue Jules Simon    | Alain               |
| Dimanche | 29/11/2026 | Saint-Jouan | 11,59         | 11,75 | 11h30   | Plage du Vallion                 | Véronique           |

**En cas de difficulté de dernière minute relative à une sortie, contacter en priorité l'animateur désigné pour cette sortie.**