



PROGRAMME de LC/MAC

Juillet 2026

Sous réserve des conditions météorologiques

Animateur référent Michel BODIN – 06 75 00 95 45 – Mail : michelbod52@gmail.com

Animateurs : Jean-Claude ANDOUARD 06 87 17 44 59 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 - Sam SEVIN 07 71 25 92 21 - 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 « compétition » destinées à l'équipe compétition

Jour	Date	Lieu	Hauteur d'eau		Horaire	Lieu de rendez-vous	Directeur de sortie
jeudi	02/07/2026	Saint-Malo	4,73 m	7,02 m	18:00	Plage du Pont - Davier	Gérard
samedi	04/07/2026	Saint-Malo	6,59 m	4,94 m	14h00	Plage du Pont - Davier	Bernard
dimanche	05/07/2026	Saint-Malo	7,77 m	9,71 m	9h00	Plage du Pont - Avenue du Beaupré	Véronique
mardi	07/07/2026	Saint-Malo	9,25 m	8,04 m	14h00	Plage du Pont - Davier	Gérard
jeudi	09/07/2026	Saint-Malo	6,60 m	5,47 m	18h00	Plage du Pont - Davier	Magalie
samedi	11/07/2026	Saint-Malo	6,64 m	8,39 m	14h00	Plage du Pont - Davier	Didier
mardi	14/07/2026	Saint-Malo	7,08 m	5,11 m	11h00	Plage du Pont - Davier	Sam & J-C
jeudi	16/07/2026	Saint-Malo	4,33 m	7,50 m	18h15	Plage du Pont - Davier	Alain
samedi	18/07/2026	Saint-Malo	7,38 m	5,25 m	14h00	Plage du Pont - Davier	Alain
mardi	21/07/2026	Saint-Malo	9,48 m	8,35 m	14h00	Plage du Pont - Davier	Michou
jeudi	23/07/2026	Saint-Malo	6,77 m	5,88 m	18:00	Plage du Pont - Davier	Didier
samedi	25/07/2026	Saint-Malo	6,60 m	7,72 m	14h00	Plage du Pont - Davier	Michou
mardi	28/07/2026	Saint-Malo	6,33 m	4,93 m	11h00	Plage du Pont - Davier	Sam & J-C
jeudi	30/07/2026	Saint-Malo	6,51 m	9,04 m	18h00	Plage du Pont - Davier	Magalie

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