



**PROGRAMME de LC/MAC**

**Juin 2026**

*Sous réserve des conditions météorologiques*

Animateur référent Michel BODIN – 06 75 00 95 45 – Mail : [michelbodin52@gmail.com](mailto:michelbodin52@gmail.com)

Animateurs : 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 - Gérard VIEIRA 06 31 47 70 26 - Sam SEVIN 07 71 25 92 21

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, certificat médical spécifique obligatoire portant la mention « y compris en compétition »**

**Sorties découverte compétition**

Jour	Date	Lieu	Hauteur d'eau		Horaire	Lieu de rendez-vous	Directeur de sortie	
mardi	02/06/2026	Saint-Malo	4,22 m	3,20 m	14h00	Sillon 6 - Avenue Jules Simon	Alain	
mardi	02/06/2026	Saint-Malo	4,22 m	3,20 m	14h00	Sillon 5 - Avenue Charles Prevet	Brigitte	
jeudi	04/06/2026	Saint-Malo	3,49 m	4,62 m	17h30	Sillon 6 - Avenue Jules Simon	Magalie	
vendredi	05/06/2026	Saint-Malo	3,73 m	4,68 m	18H00	Sillon 6 - Avenue Jules Simon	Brigitte	
samedi	06/06/2026	Saint-Malo	7,79 m	6,43 m	14h00	Plage du Pont - Davier	Michou	
samedi	06/06/2026	Saint-Malo	7,79 m	6,43 m	14h00	Plage du Pont - Davier	Véronique	avec SAM
dimanche	07/06/2026	Saint-Malo	7,56 m	8,91 m	10h00	Plage du Pont - Avenue du Beaupré	Véronique	
mardi	09/06/2026	Saint-Malo	9,27 m	9,10 m	14h00	Plage du Pont - Davier	Gérard	
mardi	09/06/2026	Saint-Malo	6,30 m	5,29 m	18h00	Plage du Pont - Avenue du Beaupré	Brigitte	
jeudi	11/06/2026	Saint-Malo	8,59 m	7,27 m	18h30	Plage du Pont - Davier	Magalie	
vendredi	12/06/2026	Saint-Malo	10,46 m	9,61 m	18h00	Plage du Pont - Avenue du Beaupré	Brigitte	
samedi	13/06/2026	Saint-Malo	5,18 m	7,63 m	15h00	Plage du Pont - Davier	Didier	
dimanche	14/06/2026	Saint-Jouan	11,90 m	11,90 m	9h00	Plage du Vallion	Véronique	
mardi	16/06/2026	Saint-Malo	3,23 m	2,03 m	14h00	Sillon 6 - Avenue Jules Simon	Didier	
mardi	16/06/2026	Saint-Malo	3,23 m	2,03 m	14h00	Sillon 5 - Avenue Charles Prevet	Brigitte	
jeudi	18/06/2026	Saint-Malo	2,00 m	3,05 m	17h30	Sillon 6 - Avenue Jules Simon	Magalie	
vendredi	19/06/2026	Saint-Malo	7,96 m	5,99 m	14h00	Plage du Pont - Davier	Sam	
dimanche	21/06/2026	Saint-Malo	8,53 m	9,94 m	11h00	Plage du Pont - Davier	Didier	
dimanche	21/06/2026	Saint-Malo	6,43 m	8,53 m	10h00	Plage du Pont - Avenue du Beaupré	Véronique	
mardi	23/06/2026	Saint-Malo	9,30 m	9,36 m	14h00	Plage du Pont - Davier	Gérard	
mardi	23/06/2026	Saint-Malo	6,76 m	5,63 m	18h00	Plage du Pont - Avenue du Beaupré	Brigitte	
jeudi	25/06/2026	Saint-Malo	8,98 m	8,09 m	18h00	Sillon 6 - Avenue Jules Simon	Magalie	
vendredi	26/06/2026	Saint-Malo	5,55 m	7,08 m	14h00	Plage du Pont - Davier	Sam	
samedi	27/06/2026	Saint-Malo	4,32 m	5,63 m	14h00	Plage du Pont - Davier	Alain	
samedi	27/06/2026	Saint-Malo	4,32 m	5,63 m	14h00	Plage du Pont - Davier	Michou	INVITÉS
samedi	27/06/2026	Saint-Malo	4,32 m	5,63 m	14h00	Plage du Pont - Davier	Véronique	avec SAM
dimanche	28/06/2026	Saint-Malo	7,12 m	5,69 m	10h00	Plage du Pont - Avenue du Beaupré	Véronique	
mardi	30/06/2026	Saint-Malo	6,90 m	5,29 m	11h30	Plage du Pont - Davier	Michou	
mardi	30/06/2026	Saint-Malo	6,29 m	8,55 m	17h30	Plage du Pont - Davier	Sam	

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