

# Année 2018 / 2019 ACTIVITE APNEE

		Septembre		Octobre		Novembre		Décembre		Janvier		Février		Mars		Avril		Mai		Juin		Juillet		Août	
		deb loisir sport		deb loisir sport		deb loisir sport		deb loisir sport		deb loisir sport		deb loisir sport		deb loisir sport		deb loisir sport		deb loisir sport		deb loisir sport		deb loisir sport		deb loisir sport	
Lun				1	Sophro+ entrain											1	Entrain..+ RIFAA						1		
Mar				2						1	Piscine fermée					2							2		
Mer				3						2						3			1	1er Mai			3		1
Jeu				4						3						4			2				4		2
Ven				5			1			4						5			3				5		3
Sam	1		6		Stage IE	3			1						2				4			1		6	4
Dim	2		7		codep 75	4			2						3				5			2		7	5
Lun	3			8	entrainement	5	Sophro+ entrain	3	Sophro+ entrain	7	Sophro+ entrain	4	Sophro+ entrain	4	Sophro+ entrain	8	Sophro+ entrain	6	Sophro+ entrain	3	Sophro+ entrain	8		6	
Mar	4			9		FOSSE	6			4					5				7			4		9	7
Mer	5			10			7			5					6				8	08-mai		5		10	8
Jeu	6			11		TH IE	8			6					7				9			6		11	9
Ven	7			12			9			7					8				10			7		12	10
Sam	8			13			10			8			9	Ex TH IE	9				11			8		13	11
Dim	9			14	Beaumont CD75	11	Fosse codep 75	9		12			10	Ex prat IE	10	Fosse codep 75	14					9		14	12
Lun	10	entrainement	15	entrainement	12	entrainement	10	Performances	14	entrainement	11	entrainement	11	entrainement	15	entrainement	13	entrainement	10	Pentecotes	15		15	13	
Mar	11		16				11			15	FOSSE	12	FOSSE	12		16	FOSSE +RIFA	14			11		16	14	
Mer	12			17			14			16					13						12		17	15	
Jeu	13			18			15			17					14						13		18	16	
Ven	14			19			16			18					15						14		19	17	
Sam	15			20			17			19					16						15		20	18	
Dim	16			21			18			20	Fosse codep 75	17	Fosse codep 75	17							16		21	19	
Lun	17	entrainement	22	entrainement	19	entrainement	17			21	entrainement	18	entrainement	18	Performances	22	Pâques	20	entrainement	17	Baptêmes	22		20	
Mar	18			23			20	FOSSE	18	FOSSE	22				19						18		23	21	
Mer	19			24			21			23					20						19		24	22	
Jeu	20			25			22			24					21						20		25	23	
Ven	21			26			23			25					22						21		26	24	
Sam	22			27	SORTIE BANYULS	24				26					23						22		27	25	
Dim	23			28			25			27					24						23	Marseille CD75	28	26	
Lun	24	entrainement	29	entrainement	26	entrainement	24			28	entrainement	25	entrainement	25	Entrain..+ RIFAA	29	entrainement	27	Performances	24	jeux Ludiques	29		27	
Mar	25			30			27			29					26						28		30	28	
Mer	26			31			28			30					27						26		31	29	
Jeu	27						29								28						27			30	
Ven	28						30								29						30			31	
Sam	29						31								30						31				
Dim	30	Beaumont													31										
Lun																									
Mar																									

LEGENDE	
	WE
	Férié
	Sortie apnée et séance
	Activités Codep 75
	FOSSE
	Vacances scolaire
	Piscine Fermée

Cours théorique Initiateur Apnée		Intervenants	Cours théorique Apnéiste eau libre	
Stage	Stage initial au Codep 75	CD 75	RIFA	RIFA (2 cours communs en salle)
TH IE	3 Cours en salle au Codep 75	CD 75		Fred
EX TH	Examen Théorique en salle	CD 75	9/10	theorie Apnéiste confirmé, expert
EX PR	Examen pratique en piscine	CD 75	13/11	theorie Apnéiste confirmé, expert
			10/12	theorie Apnéiste confirmé, expert
			22/01	theorie Apnéiste confirmé, expert
			05/02	theorie Apnéiste expert

NB Séance Piscine
38
NB Fosse CASC
9
NB Fosse codep 75
6

Cours Pratiques		Intervenants
mensuel	Sophrologie 20h15- 21h15 (sur inscription préalable)	Helene Coutand
Tous les soirs	Renforcement musculaire (20h15 -20h45 Mezzanine)	Gerald Lelarge

Cours RIFAA bassin	Intervenants
25-mars-19	Jmichel
1-avr.-19	JMichel
16/04/2019 (fosse)	JMichel