

# 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	RIFAA	Sophro							
Mar				2						1	Piscine fermée					2									
Mer				3						2						3				1	1er Mai				
Jeu				4						3						4				2					1
Ven				5						4						5				3					2
Sam	1			6	Stage IE	3			1						2				4						3
Dim	2			7	codep 75	4			2	Fosse codep 75	5				3				7	Fosse codep 75	6				4
Lun	3			8	entrainement	5	Sophro+ entrain	3	Sophro+ entrain	7	Sophro+ entrain	4	Sophro+ entrain	4	Fermé	8	RIFAA	entrainement	6	Sophro+ entrain	3	Sophro+ entrain	8		5
Mar	4			9	FOSSE	6			4				5	A4	5				7						6
Mer	5			10		7			5				6		6				8	08-mai	5				7
Jeu	6			11	TH IE	8			6				7		7				9						8
Ven	7			12		9			7				8		8				10						9
Sam	8			13		10			8				9	Ex TH IE	9				11						10
Dim	9			14	Beaumont CD75	11	Fosse codep 75	9		12			10	Ex prat IE	10	Fosse codep 75	14		12						11
Lun	10	entrainement		15	entrainement	12	entrainement	10	Performances	14	entrainement	11	entrainement	11	entrainement	15	RIFAA	entrainement	13	entrainement	10	Pentecotes	15		12
Mar	11			16		13			11	FOSSE	12	FOSSE	12		16	RIFAA	FOSSE	14							13
Mer	12			17		14			12				13		13				15						14
Jeu	13			18		15			13				14		14				16						15
Ven	14			19		16			14				15		15				17						16
Sam	15			20		17			15				16		16				18						17
Dim	16			21		18			16				17	Fosse codep 75	17	Fosse codep 75	18		19						18
Lun	17	entrainement		22	entrainement	19	entrainement	17		20	Fosse codep 75	18	entrainement	18	Performances	22	Pâques	20	entrainement	17	Baptêmes	22			19
Mar	18			23		20	FOSSE	18	FOSSE	21	A3	19	entrainement	19	FOSSE	23		21	FOSSE	18					20
Mer	19			24		21			19				20		20				22						21
Jeu	20			25		22			20				21		21				23						22
Ven	21			26		23			21				22		22				24						23
Sam	22			27	SORTIE BANYULS	24			22				23		23				25						24
Dim	23			28		25			23				24		24				26						25
Lun	24	entrainement		29	entrainement	26	entrainement	24		25	entrainement	25	RIFAA	entrainement	29	Ecogestes + entr	27	Performances	24	jeux Ludiques	29				26
Mar	25			30		27			25				26		26				28						27
Mer	26			31		28			26				27		27				29						28
Jeu	27					29			27				28		28				30						29
Ven	28					30			28				29		29				31	Ascension	27				30
Sam	29								29				30		30										31
Dim	30	Beaumont							30				31		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