

CSCE Apnée - Planning 2013 2014

v5 - 18/10/13

An	Quoi	Pour qui - Pourquoi	Date	Jour	Où	Par qui	Infos complémentaires
2013	Sécurité, sauvetage	Groupe 1 - débutants	09/10/13	mercredi	grand bassin	Samuel	savoir gérer sa sécurité et celle de son binôme
	Statique	Tous	16/10/13	mercredi	petit bassin	Gonzague	apporter combinaison
	Topo	Physiologie apnée	17/10/13	jeudi	salle CSCE	Geoffroy	⚠ Obligatoire pour tous les débutants ! ⚠
	Vacances début	Toussaint	19/10/13				
	Fosse	Groupe 1	21/10/13	lundi	fosse	Tangui	groupe 1 - faut y aller !
	Fosse	Groupe 1	23/10/13	mercredi	fosse	Paco	groupe 1 - apporter combinaison + ceinture plomb
	Fosse	Groupe 1	28/10/13	lundi	fosse	Geoffroy	groupe 1 - inscription auprès encadrant
	Fosse	Libre	30/10/13	mercredi	fosse	Nico	fosse libre - inscription auprès encadrant
	Vacances fin	Toussaint	03/11/13				
	Topo	Les dauphins	21/11/13	jeudi	salle CSCE	Gaël	On les rencontre régulièrement dans la baie
	Monopalmes	Initiation	27/11/13	mercredi	grand bassin	Jérôme	quelques monopalmes fournies, apportez la vôtre
	Assemblée Générale	Tous	29/11/13	vendredi	Grand Domaine	CSCE	19h: Bilan annuel club + élection du comité directeur
	Tir sur cible	Tous	02/12/13	lundi	grand bassin	encadrants	apporter combinaison/shorty
	Topo	Yoga	05/12/13	jeudi	salle CSCE	Aude	Etirements, dérouillage, respiration, contrôle !
	Statique	Bouteilles N1 N2	11/12/13	mercredi	petit bassin	Tangui	apporter combinaison
	Restaurant	Tous	13/12/13	vendredi	à déterminer		repas fin d'année
	Concours maillots bain	Tous	18/12/13	mercredi	grand bassin		jeux nautiques par équipe
	Vacances début	Noël	21/12/13				
	Fosse	Libre	23/12/13	lundi	fosse	Loïc	fosse libre - inscription auprès encadrant
	Fosse	Libre	26/12/13	jeudi	fosse	Samuel	fosse libre - inscription auprès encadrant
2014	Fosse	Libre	30/12/13	lundi	fosse	Tangui	fosse libre - inscription auprès encadrant
	Fosse	Libre	02/01/14	jeudi	fosse	Jérôme	fosse libre - inscription auprès encadrant
	Vacances fin	Noël	05/01/14				
	Topo	Faune / Flore	16/01/14	jeudi	salle CSCE	Nico	Ce qui vit sous la surface ...
	Statique	Tous	22/01/14	mercredi	petit bassin	Jérôme	apporter combinaison
	Topo	Préparation sortie	13/02/14	jeudi	salle CSCE	Paco	Indispensable avant sorties apnée ou PSM *
	Vacances début	Hiver	01/03/14				
	Fosse	Atelier gueuse	03/03/14	lundi	fosse	Paco	Apprentissage de la manipulation des gueuses ⚠ inscription auprès de l'encadrant prévu sur cette date
	Fosse	Atelier gueuse	05/03/14	mercredi	fosse	Samuel	
	Fosse	Atelier gueuse	10/03/14	lundi	fosse	Jérôme	
	Fosse	Atelier gueuse	12/03/14	mercredi	fosse	Loïc	
	Vacances fin	Hiver	16/03/14				
	Topo	Yoga	20/03/14	jeudi	salle CSCE	Aude	Etirements, dérouillage, respiration, contrôle !
	Tir sur cible	Tous	24/03/14	lundi	grand bassin	encadrants	apporter combinaison/shorty
	Topo	Réglementation	03/04/14	jeudi	salle CSCE	Gonzague	A connaître absolument pour sorties apnée et PSM *
	Statique	Tous	09/04/14	mercredi	petit bassin	Geoffroy	apporter combinaison
	Monopalmes	Initiation	16/04/14	mercredi	grand bassin	Jérôme	quelques monopalmes fournies, apportez la vôtre
	Fin de saison piscine	Tous	23/04/14	mercredi	grand bassin		jeux nautiques par équipe
	Vacances début	Printemps	26/04/14				
	Vacances fin	Printemps	11/05/14				
	Sorties mer	Tous	du 28/04 au 12/06, suivez le planning des sorties mer au verso				

Entraînements piscine tous les lundi et mercredi de 20h à 22h. **Fosse** pendant les vacances scolaires de 20h à 22h. * PSM = Pêche Sous Marine

Contactez les encadrants	Tel	mail
Geoffroy	06 15 26 28 50	geoffroy23@hotmail.fr
Gonzague	06 63 73 75 02	gonzisimon@yahoo.fr
Jérôme	06 20 82 69 20	jerome.blouin@free.fr
Loïc	06 40 38 86 84	loic.monmasson@gmail.com
Nico	07 70 33 22 40	nicolas.desroy@ifremer.fr
Paco	06 62 11 32 60	pascal.charlot@hotmail.fr
Samuel	06 64 83 38 45	samdive@orange.fr
Tangui	06 81 46 45 47	tangui.legoff@wanadoo.fr

