



Randonneurs de l'Est Varois (Rev83.org)

Michel Bressy 06 85 83 80 06 (president.rev83@gmail.com)

Programme Marche Aquatique MARS 2021

Dates	Heures*	Lieu de pratique	Niveau	Animateur*
Mardi 02/03	09h30	Plage de Saint Aygulf	Loisirs	Michel 06 31 26 72 82
Samedi 06/03	09h30	Plage de Saint Aygulf	Loisirs	Michel 06 31 26 72 82
Mardi 09/03	09h30	Plage de Saint Aygulf	Loisirs	Michel 06 31 26 72 82
Samedi 13/03	09h30	Plage de Saint Aygulf	Loisirs	Michel 06 31 26 72 82
Mardi 16/03	09h30	Plage de Saint Aygulf	Loisirs	Michel 06 31 26 72 82
Samedi 20/03	09h30	Plage de Saint Aygulf	Loisirs	Michel 06 31 26 72 82
Mardi 23/03	09h30	Plage de Saint Aygulf	Loisirs	Michel 06 31 26 72 82
Samedi 27/03	09h30	Plage de Saint Aygulf	Loisirs	Michel 06 31 26 72 82
Mardi 30/03	09h30	Plage de Saint Aygulf	Loisirs	Michel 06 31 26 72 82

Equipement :

En fonction de l'état de la mer, de la configuration du lieu de pratique, de la température de l'eau et des conditions météorologiques (risque de refroidissement et sensations différentes selon la sensibilité personnelle)
Port conseillé de vêtement en néoprène, maxi 5mm (Combinaison, Shorty, gants, bonnet ou cagoule).
Port obligatoire de chaussons aquatiques ou chaussures.

Animateur*

Inscription impérative dès que possible et au plus tard la veille, auprès de l'animateur.

Heures*

Départ à l'heure précise (RV Parking des Esclamandes à St Aygulf)

Important

Pour la séance de MAC, ne pas oublier de mettre en évidence le bracelet vert reçu lors de votre adhésion au club REV83.