



MARCHE AQUATIQUE CÔTIÈRE OCTOBRE

Dates	Heures*	Lieu de pratique	Niveau	Animateur*
Samedi 03/10	9h30	Plage de Saint Aygulf	Loisirs	Michel D. 06 31 26 72 82
Samedi 10/10	9h30	Plage de Saint Aygulf	Loisirs	Michel D. 06 31 26 72 82
Mercredi 14/10	9h30	Plage de Saint Aygulf	Loisirs	Michel D. 06 31 26 72 82
Samedi 17/10	10h	Assemblée Générale et Réunion Mensuelle Hôtel Résidences du Colombier. Fréjus		
Mercredi 21/10	9H30	Plage de Saint Aygulf	Loisirs	Michel D. 06 31 26 72 82
Samedi 24/10	9H30	Plage de Saint Aygulf	Loisirs	Michel D. 06 31 26 72 82
Mercredi 28/10	9H30	Plage de Saint Aygulf	Loisirs	Michel D. 06 31 26 72 82
Samedi 31/10	9H30	Plage de Saint Aygulf	Loisirs	Michel D. 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, la veille, auprès de l'animateur.

Heures*

Départ à l'heure précise (RV Parking Plage de St Aygulf)

Important

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