



Comité d'Accueil

La Tranche sur Mer

«Créateur de souvenirs»

AQUAMARCHE ETE 2023

Les Mouettes tranchaises

Cette activité, initiée par la Comité d'Accueil, s'adresse à tous ses adhérents .Elle se pratique sous la responsabilité de chacun, en maillot de bain et lycra ou shorty pour les frileux. Ici, pas de super moniteur, c'est la convivialité qui dynamise le groupe. Il est cependant recommandé de savoir **nager** et d'être à l'**aise** dans l'eau, d'attacher **ses lunettes** et de porter **des chaussures**.

Le participant dégage l'association de toute responsabilité civile quant aux conséquences qui pourraient résulter des accidents qui se produiraient dans l'exercice de cette activité proposée.

Rendez-vous et départ : (à la Capitainerie de l'embarcadère)

Ci-dessous proposition du programme aquamarche selon l'horaire des marées.

Voir toutes les informations sur <http://latrancheaccueil.fr> Roseline & Daniel (animateurs bénévoles)

SEPTEMBRE 2023

Vendredi	1	séance aquamarche à 15h30_ marée →Montante
Samedi	2	séance aquamarche à 16h_ marée →M
Lundi	4	séance aquamarche à 10h_ marée ←Descendante
Mardi	5	séance aquamarche à 10h_ marée ←D
Mercredi	6	séance aquamarche à 10h_ marée ←D
Jeudi	7	séance aquamarche à 10h_ marée haute→Etale
Vendredi	8	séance aquamarche à 10h30_ marée →M
Samedi	9	séance aquamarche à 15h_ marée haute→E
Lundi	11	séance aquamarche à 15h_ marée →M
Mardi	12	séance aquamarche à 15h_ marée →M
Mercredi	13	séance aquamarche à 15h_ marée →M
Jeudi	14	séance aquamarche à 15h_ marée →M
Vendredi	15	séance aquamarche à 15h_ marée →M
Samedi	16	séance aquamarche à 15h_ marée →M
Lundi	18	séance aquamarche à 16h_ marée →M
Mardi	19	séance aquamarche à 10h_ marée ←D
Mercredi	20	séance aquamarche à 10h_ marée ←D
Jeudi	21	séance aquamarche à 10h_ marée ←D
Vendredi	22	séance aquamarche à 10h_ marée haute→E
Samedi	23	séance aquamarche à 10h_ marée →M
Lundi	25	séance aquamarche à 15h_ marée ←M
Mardi	26	séance aquamarche à 15h_ marée haute→E
Mercredi	27	séance aquamarche à 15h_ marée →M
Jeudi	28	séance aquamarche à 15h_ marée →M
Vendredi	29	séance aquamarche à 15h_ marée →M
Samedi	30	séance aquamarche à 15h_ marée →M