









Planning GRAND AIR 2ème semestre 2015/2016

Février		Mars		Avril		Mai		Juin		Juillet							
1	L		1	M		1	V		1	M	Entrainement Vélo 18H15	1	V	 ITINER'AIR SOLID'AIR A MADAGASCAR - DONNER DE LA TERRE A LA MER			
2	M		2	M		2	S		2	J	Préparation physique 18h15	2	S				
3	M		3	J	Entrainement Vélo 18H15	3	D	Paddle/Beach-volley/Slack annulé	3	M		3	V				
4	J		4	V		4	L	Préparation physique 18h15	4	M		4	S				
5	V		5	S		5	M		5	J		5	D				
6	S		6	D		6	M	Entrainement Vélo 18H15	6	V		6	L		Préparation physique 18h15		
7	D	Plongée Profonde (PE40)	7	L	Préparation physique 18h15	7	J		7	S	KAYAK & VTT - SEVI	7	M				
8	L	Préparation physique 18h15	8	M		8	V	CA Grand Air 18h00	8	D		8	M		Entrainement Vélo 18H15		
9	M		9	M		9	S		9	L		9	J				
10	M		10	J		10	D		10	M		10	V		Surf		
11	J	Don du sang - CHU Bellepierre	11	V		11	L	Préparation physique 18h15	11	M	VTT - Saint Pierre / Cilaos	11	S				
12	V		12	S		12	M		12	J		12	D				
13	S		13	D	Plongée Profonde (PE40)	13	M	Entrainement Vélo 18H15	13	V		13	L	Préparation physique 18h15			
14	D	KAYAK & VTT - SEVI	14	L	Préparation physique 18h15	14	J		14	S	Course "Tous contre Ebola"	14	M				
15	L	Préparation physique 18h15	15	M		15	V		15	D		15	M				
16	M		16	M	Entrainement Vélo 18H15	16	S	AG GRAND AIR 	16	L		16	J	CA Grand Air 19h00			
17	M	Entrainement Vélo 18H15	17	J		17	D		17	M	Stage Plongée PE/PA40	17	V				
18	J		18	V		18	L	Préparation physique 18h15	18	M			18	S			
19	V	CA Grand Air 18h30	19	S		19	M		19	J			19	D			
20	S	VTT - Plaine d'Affouche	20	D		20	M		20	V			20	L	Préparation physique 18h15		
21	D		21	L	Préparation physique 18h15	21	J		21	S		21	M				
22	L	Préparation physique 18h15	22	M		22	V		22	D		22	M		22	V	
23	M		23	M		23	S		23	L	Préparation physique 18h15	23	J		23	S	
24	M		24	J		24	D	VTT - Maïdo	24	M		24	V		24	D	
25	J		25	V	CA Grand Air 18h00	25	L	Préparation physique 18h15	25	M	CA Grand Air 18h00	25	S	11h Déjeuner BNM + Plongée	25	L	
26	V		26	S		26	M	Plongée de nuit	26	J		26	D		26	M	
27	S	AG GRAND AIR (annulée : vigilance crue)	27	D	VTT - Tour de l'île sur 2j	27	M		27	V		27	L	ITINER'AIR SOLID'AIR A MADAGASCAR - DONNER DE LA TERRE A LA MER	27	M	
28	D		28	L		28	J		28	S	Stage initiateur (E1)	28	M			28	J
29	L	Préparation physique 18h15	29	M	Plongée de nuit	29	V		29	D	Plongée profonde & Stage initiateur (E1)	29	M			29	V
			30	M		30	S		30	L	Préparation physique 18h15	30	J			30	S
			31	J					31	M	Plongée de nuit				31	D	

RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS :

Michel ARBOIREAU michel.arboireau@wanadoo.fr / Lucie TOUSSAINT lucie.toussaint00@gmail.com

