

Janvier RDV à 9H30	Pleine mer	Basse mer	1^{er} semestre 2026 NeC	MARCHE	NORDIQUE
Mardi 6 : forêt	6H36	12H51	Février RDV à 9H30	Pleine mer	Basse mer
Vendredi 9 : forêt	8H23	2H35	Mardi 3 : PLAGE	5H36	11H49
Mardi 13 : forêt	0H33	6H19	Vendredi 6 : forêt	7H07	1H20
Vendredi 16 : PLAGE	3H10	9H14	Mardi 10 : forêt	9H49	4H13
Mardi 20 : PLAGE	5H28	11H45	Vendredi 13 : PLAGE	2H06	7H58
Vendredi 23 : forêt	7H13	13H36	Mardi 17 : PLAGE	4H36	10H49
Mardi 27 : forêt	11H04	4H28	Vendredi 20 : forêt	6H15	0H14
Vendredi 30 : PLAGE	2H36	8H19	Mardi 24 : forêt	9H08	3H04
Mars RDV à 9H30			Vendredi 27 : forêt	14H09	7H02
Mardi 3 : PLAGE	4H39	10H48	Avril RDV à 9H30		
Vendredi 6 : forêt	6H04	12H37	Vendredi 3 : forêt	6H06	0H13
Mardi 10 : forêt	8H04	2H35	Mardi 7 : forêt	8H00	2H25
Vendredi 13 : forêt	0H14	6H00	Vendredi 10 : forêt	11H14	4H46
Mardi 17 : PLAGE	3H36	9H43	Mardi 14 : PLAGE	3H22	9H23
Vendredi 20 : PLAGE	5H17	11H31	Vendredi 17 : PLAGE	5H15	11H22
Mardi 24 : forêt	7H56	01H58	Mardi 21 : forêt	8H03	1H58
Vendredi 27 : forêt	12H51	5H26	Vendredi 24 : forêt	12H14	4H56
Mardi 31 : PLAGE	4H43	10H44	Mardi 28 : PLAGE	3H41	9H32
Mai RDV à 9H30			Juin RDV à 9H30		
Vendredi 1 : PLAGE	5H11	11H30	Mardi 2 : forêt	6H25	0H34
Mardi 5 : forêt	7H10	13H40	Vendredi 5 : forêt	8H07	2H24
Vendredi 8 : forêt	9H05	3H24	Mardi 9 : forêt	12H21	5H41
Mardi 12 : forêt	1H42	7H40	Vendredi 12 : PLAGE	2H48	8H41
Vendredi 15 : PLAGE	4H08	10H07	Mardi 16 : forêt	6H22	12H14
Mardi 19 : forêt	7H14	13H16	Vendredi 19 : forêt	8H57	2H33
Vendredi 22 : forêt	10H27	3H40	Mardi 23 : forêt	0H08	6H12
Mardi 26 : PLAGE	2H18	8H02	Vendredi 26 : PLAGE	3H13	9H09
Vendredi 29 : PLAGE	4H16	10H24	Mardi 30 : PLAGE	5H45	11H53