



Région de Saint Suliac et de Saint Malo  
Grandes marées

Mai					
Saint Malo					
Jour	Date	Activités pratiques	Activités théoriques	Coef	Marée basse
Samedi	1	Pas d'activités	Pas d'activités		
Dimanche	2				
Lundi	3				
Mardi	4				
Mercredi	5				
Jeudi	6				
Vendredi	7				
Samedi	8				
Dimanche	9				
Lundi	10				
Mardi	11				
Mercredi	12				
Jeudi	13				
Vendredi	14	Initiation pêche sous-marine et/ou randonnée palmée	Découverte du matériel en pêche sous marine Organiser une sortie en mer Découverte de l'Estran Découvrir les différentes techniques de pêche sous-marine Initiation au secourisme	74	16h11
Samedi	15	Initiation pêche sous-marine et/ou randonnée palmée	Découverte du matériel en pêche sous marine Organiser une sortie en mer Découverte de l'Estran Découvrir les différentes techniques de pêche sous-marine Initiation au secourisme	67	16h38
Dimanche	16	Initiation pêche sous-marine et/ou randonnée palmée	Découverte du matériel en pêche sous marine Organiser une sortie en mer Découverte de l'Estran Découvrir les différentes techniques de pêche sous-marine Initiation au secourisme	60	17h07
Lundi	17	Initiation pêche sous-marine et/ou randonnée palmée	Découverte du matériel en pêche sous marine Organiser une sortie en mer Découverte de l'Estran Découvrir les différentes techniques de pêche sous-marine Initiation au secourisme	51	17h40
Mardi	18	Initiation pêche sous-marine et/ou randonnée palmée	Découverte du matériel en pêche sous marine Organiser une sortie en mer Découverte de l'Estran Découvrir les différentes techniques de pêche sous-marine Initiation au secourisme	44	18h23
Mercredi	19	Initiation pêche sous-marine et/ou randonnée palmée	Découverte du matériel en pêche sous marine Organiser une sortie en mer Découverte de l'Estran Découvrir les différentes techniques de pêche sous-marine Initiation au secourisme	41	19h23
Jeudi	20	Initiation pêche sous-marine et/ou randonnée palmée	Découverte du matériel en pêche sous marine Organiser une sortie en mer Découverte de l'Estran Découvrir les différentes techniques de pêche sous-marine Initiation au secourisme	40	20h45
Vendredi	21	Initiation pêche sous-marine et/ou randonnée palmée	Découverte du matériel en pêche sous marine Organiser une sortie en mer Découverte de l'Estran Découvrir les différentes techniques de pêche sous-marine Initiation au secourisme	47	09h30
Samedi	22	Initiation pêche sous-marine et/ou randonnée palmée	Découverte du matériel en pêche sous marine Organiser une sortie en mer Découverte de l'Estran Découvrir les différentes techniques de pêche sous-marine Initiation au secourisme	59	10h50
Dimanche	23	Initiation pêche sous-marine et/ou randonnée palmée	Découverte du matériel en pêche sous marine Organiser une sortie en mer Découverte de l'Estran Découvrir les différentes techniques de pêche sous-marine Initiation au secourisme	73	11h57
Lundi	24	Initiation pêche sous-marine et/ou randonnée palmée	Découverte du matériel en pêche sous marine Organiser une sortie en mer Découverte de l'Estran Découvrir les différentes techniques de pêche sous-marine Initiation au secourisme	87	12h57
Mardi	25	Pêche à pied	Découverte de l'Estran Atelier Cuisine	97	13h54
Mercredi	26	Pêche à pied	Découverte de l'Estran Atelier Cuisine	103	14h46
Jeudi	27	Pêche à pied	Découverte de l'Estran Atelier Cuisine	103	15h34
Vendredi	28	Pêche à pied	Découverte de l'Estran Atelier Cuisine	98	16h18
Samedi	29	Initiation pêche sous-marine et/ou randonnée palmée	Découverte du matériel en pêche sous marine Organiser une sortie en mer Découverte de l'Estran Découvrir les différentes techniques de pêche sous-marine Initiation au secourisme	89	17h00
Dimanche	30	Initiation pêche sous-marine et/ou randonnée palmée	Découverte du matériel en pêche sous marine Organiser une sortie en mer Découverte de l'Estran Découvrir les différentes techniques de pêche sous-marine Initiation au secourisme	77	17h41
Lundi	31	Initiation pêche sous-marine et/ou randonnée palmée	Découverte du matériel en pêche sous marine Organiser une sortie en mer Découverte de l'Estran Découvrir les différentes techniques de pêche sous-marine Initiation au secourisme	64	18h24



Région de Saint-Jacques et de Saint-Malo  
Grandes marées

Juin					
Saint-Malo					
Jour	Date	Activités pratiques	Activités théoriques	Coef	Marée basse
Mardi	1	Initiation pêche sous-marine et/ou randonnée palmée	Découverte du matériel en pêche sous marine Organiser une sortie en mer Découverte de l'Estran Découvrir les différentes techniques de pêche sous-marine Initiation au secourisme	58	6h54
Mercredi	2	Initiation pêche sous-marine et/ou randonnée palmée	Découverte du matériel en pêche sous marine Organiser une sortie en mer Découverte de l'Estran Découvrir les différentes techniques de pêche sous-marine Initiation au secourisme	49	7h47
Judi	3	Initiation pêche sous-marine et/ou randonnée palmée	Découverte du matériel en pêche sous marine Organiser une sortie en mer Découverte de l'Estran Découvrir les différentes techniques de pêche sous-marine Initiation au secourisme	45	8h48
Vendredi	4	Initiation pêche sous-marine et/ou randonnée palmée	Découverte du matériel en pêche sous marine Organiser une sortie en mer Découverte de l'Estran Découvrir les différentes techniques de pêche sous-marine Initiation au secourisme	47	9h56
Samedi	5	Initiation pêche sous-marine et/ou randonnée palmée	Découverte du matériel en pêche sous marine Organiser une sortie en mer Découverte de l'Estran Découvrir les différentes techniques de pêche sous-marine Initiation au secourisme	52	10h59
Dimanche	6	Initiation pêche sous-marine et/ou randonnée palmée	Découverte du matériel en pêche sous marine Organiser une sortie en mer Découverte de l'Estran Découvrir les différentes techniques de pêche sous-marine Initiation au secourisme	57	11h55
Lundi	7	Initiation pêche sous-marine et/ou randonnée palmée	Découverte du matériel en pêche sous marine Organiser une sortie en mer Découverte de l'Estran Découvrir les différentes techniques de pêche sous-marine Initiation au secourisme	63	12h44
Mardi	8	Initiation pêche sous-marine et/ou randonnée palmée	Découverte du matériel en pêche sous marine Organiser une sortie en mer Découverte de l'Estran Découvrir les différentes techniques de pêche sous-marine Initiation au secourisme	68	13h28
Mercredi	9	Initiation pêche sous-marine et/ou randonnée palmée	Découverte du matériel en pêche sous marine Organiser une sortie en mer Découverte de l'Estran Découvrir les différentes techniques de pêche sous-marine Initiation au secourisme	71	14h07
Judi	10	Initiation pêche sous-marine et/ou randonnée palmée	Découverte du matériel en pêche sous marine Organiser une sortie en mer Découverte de l'Estran Découvrir les différentes techniques de pêche sous-marine Initiation au secourisme	73	14h43
Vendredi	11	Initiation pêche sous-marine et/ou randonnée palmée	Découverte du matériel en pêche sous marine Organiser une sortie en mer Découverte de l'Estran Découvrir les différentes techniques de pêche sous-marine Initiation au secourisme	73	15h18
Samedi	12	Initiation pêche sous-marine et/ou randonnée palmée	Découverte du matériel en pêche sous marine Organiser une sortie en mer Découverte de l'Estran Découvrir les différentes techniques de pêche sous-marine Initiation au secourisme	72	15h51
Dimanche	13	Initiation pêche sous-marine et/ou randonnée palmée	Découverte du matériel en pêche sous marine Organiser une sortie en mer Découverte de l'Estran Découvrir les différentes techniques de pêche sous-marine Initiation au secourisme	69	16h25
Lundi	14	Initiation pêche sous-marine et/ou randonnée palmée	Découverte du matériel en pêche sous marine Organiser une sortie en mer Découverte de l'Estran Découvrir les différentes techniques de pêche sous-marine Initiation au secourisme	65	16h59
Mardi	15	Initiation pêche sous-marine et/ou randonnée palmée	Découverte du matériel en pêche sous marine Organiser une sortie en mer Découverte de l'Estran Découvrir les différentes techniques de pêche sous-marine Initiation au secourisme	60	17h38
Mercredi	16	Initiation pêche sous-marine et/ou randonnée palmée	Découverte du matériel en pêche sous marine Organiser une sortie en mer Découverte de l'Estran Découvrir les différentes techniques de pêche sous-marine Initiation au secourisme	55	6h03
Judi	17	Initiation pêche sous-marine et/ou randonnée palmée	Découverte du matériel en pêche sous marine Organiser une sortie en mer Découverte de l'Estran Découvrir les différentes techniques de pêche sous-marine Initiation au secourisme	53	6h50
Vendredi	18	Initiation pêche sous-marine et/ou randonnée palmée	Découverte du matériel en pêche sous marine Organiser une sortie en mer Découverte de l'Estran Découvrir les différentes techniques de pêche sous-marine Initiation au secourisme	51	7h46
Samedi	19	Pas d'activités	Pas d'activités	53	8h53
Dimanche	20			59	10h06
Lundi	21			68	11h17
Mardi	22			78	12h23
Mercredi	23			86	13h25
Judi	24			92	14h22
Vendredi	25			95	15h15
Samedi	26			93	16h03
Dimanche	27			88	16h48
Lundi	28	Initiation pêche sous-marine et/ou randonnée palmée	Découverte du matériel en pêche sous marine Organiser une sortie en mer Découverte de l'Estran Découvrir les différentes techniques de pêche sous-marine Initiation au secourisme	80	17h31
Mardi	29	Initiation pêche sous-marine et/ou randonnée palmée	Découverte du matériel en pêche sous marine Organiser une sortie en mer Découverte de l'Estran Découvrir les différentes techniques de pêche sous-marine Initiation au secourisme	70	18h11
Mercredi	30	Initiation pêche sous-marine et/ou randonnée palmée	Découverte du matériel en pêche sous marine Organiser une sortie en mer Découverte de l'Estran Découvrir les différentes techniques de pêche sous-marine Initiation au secourisme	65	18h51







Septembre					
Saint Malo					
Jour	Date	Activités pratiques	Activités théoriques	Coef	Marée basse
Mercredi	1	Initiation pêche sous-marine et/ou randonnée palmée	Découverte du matériel en pêche sous marine Organiser une sortie en mer Découverte de l'Estran Découvrir les différentes techniques de pêche sous-marine Initiation au secourisme	27	8h36
Jeudi	2	Initiation pêche sous-marine et/ou randonnée palmée	Découverte du matériel en pêche sous marine Organiser une sortie en mer Découverte de l'Estran Découvrir les différentes techniques de pêche sous-marine Initiation au secourisme	34	10h34
Vendredi	3	Initiation pêche sous-marine et/ou randonnée palmée	Découverte du matériel en pêche sous marine Organiser une sortie en mer Découverte de l'Estran Découvrir les différentes techniques de pêche sous-marine Initiation au secourisme	46	11h56
Samedi	4	Initiation pêche sous-marine et/ou randonnée palmée	Découverte du matériel en pêche sous marine Organiser une sortie en mer Découverte de l'Estran Découvrir les différentes techniques de pêche sous-marine Initiation au secourisme	60	12h52
Dimanche	5	Initiation pêche sous-marine et/ou randonnée palmée	Découverte du matériel en pêche sous marine Organiser une sortie en mer Découverte de l'Estran Découvrir les différentes techniques de pêche sous-marine Initiation au secourisme	73	13h41
Lundi	6	Initiation pêche sous-marine et/ou randonnée palmée	Découverte du matériel en pêche sous marine Organiser une sortie en mer Découverte de l'Estran Découvrir les différentes techniques de pêche sous-marine Initiation au secourisme	85	14h27
Mardi	7	Pêche à pied	Découverte de l'Estran Atelier Cuisine	94	15h11
Mercredi	8	Pêche à pied	Découverte de l'Estran Atelier Cuisine	100	15h53
Jeudi	9	Pêche à pied	Découverte de l'Estran Atelier Cuisine	100	16h23
Vendredi	10	Pêche à pied	Découverte de l'Estran Atelier Cuisine	96	17h08
Samedi	11	Initiation pêche sous-marine et/ou randonnée palmée	Découverte du matériel en pêche sous marine Organiser une sortie en mer Découverte de l'Estran Découvrir les différentes techniques de pêche sous-marine Initiation au secourisme	87	17h43
Dimanche	12	Initiation pêche sous-marine et/ou randonnée palmée	Découverte du matériel en pêche sous marine Organiser une sortie en mer Découverte de l'Estran Découvrir les différentes techniques de pêche sous-marine Initiation au secourisme	73	18h18
Lundi	13	Initiation pêche sous-marine et/ou randonnée palmée	Découverte du matériel en pêche sous marine Organiser une sortie en mer Découverte de l'Estran Découvrir les différentes techniques de pêche sous-marine Initiation au secourisme	66	18h59
Mardi	14	Initiation pêche sous-marine et/ou randonnée palmée	Découverte du matériel en pêche sous marine Organiser une sortie en mer Découverte de l'Estran Découvrir les différentes techniques de pêche sous-marine Initiation au secourisme	51	19h55
Mercredi	15	Initiation pêche sous-marine et/ou randonnée palmée	Découverte du matériel en pêche sous marine Organiser une sortie en mer Découverte de l'Estran Découvrir les différentes techniques de pêche sous-marine Initiation au secourisme	42	8h27
Jeudi	16	Initiation pêche sous-marine et/ou randonnée palmée	Découverte du matériel en pêche sous marine Organiser une sortie en mer Découverte de l'Estran Découvrir les différentes techniques de pêche sous-marine Initiation au secourisme	46	10h10
Vendredi	17	Initiation pêche sous-marine et/ou randonnée palmée	Découverte du matériel en pêche sous marine Organiser une sortie en mer Découverte de l'Estran Découvrir les différentes techniques de pêche sous-marine Initiation au secourisme	58	11h46
Samedi	18	Initiation pêche sous-marine et/ou randonnée palmée	Découverte du matériel en pêche sous marine Organiser une sortie en mer Découverte de l'Estran Découvrir les différentes techniques de pêche sous-marine Initiation au secourisme	72	12h55
Dimanche	19	Initiation pêche sous-marine et/ou randonnée palmée	Découverte du matériel en pêche sous marine Organiser une sortie en mer Découverte de l'Estran Découvrir les différentes techniques de pêche sous-marine Initiation au secourisme	84	13h50
Lundi	20	Pêche à pied	Découverte de l'Estran Atelier Cuisine	91	14h36
Mardi	21	Pêche à pied	Découverte de l'Estran Atelier Cuisine	94	15h16
Mercredi	22	Pêche à pied	Découverte de l'Estran Atelier Cuisine	94	15h50
Jeudi	23	Initiation pêche sous-marine et/ou randonnée palmée	Découverte du matériel en pêche sous marine Organiser une sortie en mer Découverte de l'Estran Découvrir les différentes techniques de pêche sous-marine Initiation au secourisme	90	16h19
Vendredi	24	Initiation pêche sous-marine et/ou randonnée palmée	Découverte du matériel en pêche sous marine Organiser une sortie en mer Découverte de l'Estran Découvrir les différentes techniques de pêche sous-marine Initiation au secourisme	82	16h44
Samedi	25	Initiation pêche sous-marine et/ou randonnée palmée	Découverte du matériel en pêche sous marine Organiser une sortie en mer Découverte de l'Estran Découvrir les différentes techniques de pêche sous-marine Initiation au secourisme	72	17h06
Dimanche	26	Initiation pêche sous-marine et/ou randonnée palmée	Découverte du matériel en pêche sous marine Organiser une sortie en mer Découverte de l'Estran Découvrir les différentes techniques de pêche sous-marine Initiation au secourisme	61	17h26
Lundi	27	Initiation pêche sous-marine et/ou randonnée palmée	Découverte du matériel en pêche sous marine Organiser une sortie en mer Découverte de l'Estran Découvrir les différentes techniques de pêche sous-marine Initiation au secourisme	48	17h47
Mardi	28	Initiation pêche sous-marine et/ou randonnée palmée	Découverte du matériel en pêche sous marine Organiser une sortie en mer Découverte de l'Estran Découvrir les différentes techniques de pêche sous-marine Initiation au secourisme	35	18h15
Mercredi	29	Initiation pêche sous-marine et/ou randonnée palmée	Découverte du matériel en pêche sous marine Organiser une sortie en mer Découverte de l'Estran Découvrir les différentes techniques de pêche sous-marine Initiation au secourisme	30	19h02
Jeudi	30	Initiation pêche sous-marine et/ou randonnée palmée	Découverte du matériel en pêche sous marine Organiser une sortie en mer Découverte de l'Estran Découvrir les différentes techniques de pêche sous-marine Initiation au secourisme	24	20h30





