

Marche aquatique côtière

Horaires de rendez-vous pour les échauffements !

Calcul pour une heure de marche sans vagues venant du large.... Après l'échauffements.

		Heure	Coefficient	Marée	Marée basse
jeudi	11 avril	10 h 45	106	↓	13 h 22
Mardi	23 avril	9 h 15	82	↓	11 h 25
jeudi	25 avril	10 h 15	84	↓	12 h 26
Mardi	30 avril	14 h 30	50	↓	15 h 53
Jeudi	09 mai	9 h 45	103	↓	12 h 17
Mardi	14 mai	15 h 15	47	→	16 h 16
Mardi	21 mai	10 h 45	68	↑	10 h 15
Mardi	28 mai	15 h 15	67	↑	14 h 50
Jeudi	30 mai	15 h 15	54	↓	16 h 47
Mardi	04 juin	10 h 30	81	↑	9 h 35
Mardi	11 juin	15 h 15	64	↑	14 h 58
Jeudi	13 juin	16 h 00	48	→	16 h 35
Mardi	18 juin	9 h 00	51	↑	8 h 48
Mardi	25 juin	14 h 45	83	↑	13 h 51
Jeudi	27 juin	16 h 15	74	↑	15 h 31

ARB

Horaires

MAC

2024

Du 11 Avril
au 27 juin
2024