

# Entraînement le 30 mars

Entrainement à 19h ce

**jeudi 30 mars**

pour un entraînement surveillé par

Cyrille Delaloubie, directeur de Plongée.	
	aidé de Fred Privat, DP adjoint en surveillance surface de 20h à 21h.

Comme beaucoup de retraités, Philippe P s'astreint, juste après Les feux de l'amour, à regarder les émissions culinaires. Du coup ça lui donne des envies de mettre – au sens propre – la main à la pâte. Mais ses acquis en la matière sont encore un peu fragiles, et son épouse encourage mais surveille de près ses progrès.

Il proposera ses innovations culinaires jeudi pour les inscrits au

SONDAGE

---

# **Entrainement le jeudi 26 !!**

Confirmation de la piscine qui – quoique décident les agents demain – nous ouvrira ses portes pour notre entraînement ce

**jeudi 23 mars**

Rendez-vous normalement à 19h-21h pour une séance surveillée par

Philippe Cadaugade, directeur de Plongée.	
	aidé de Cyrille Delaloubie, DP adjoint en surveillance du bassin de 20h à 21h

**Christophe et Daniel A prépareront donc le repas.**

Inscrivez-vous d'ICI MERCREDI MINUIT au

**SONDAGE**

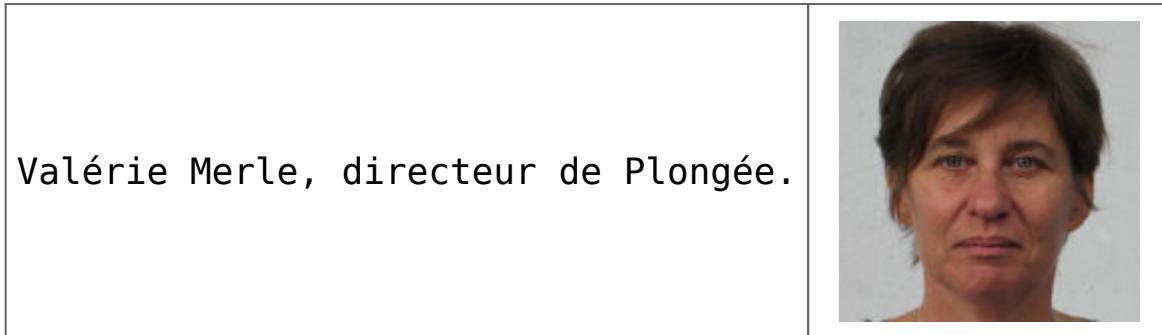
---

# **Entrainement 16 mars**

L'entraînement hebdomadaire aura lieu de 19h à 20h ce

**jeudi 16 mars**

encadré par



Quand Franck et Emmanuelle plongent ensemble, c'est lui le chef.

Mais en cuisine ?!

Réponse ce jeudi pour ceux qui se seront inscrits d'ICI MARDI MINUIT au

SONDAGE

---

## Du costaud !

Anne-Laure est membre de notre club depuis de nombreuses années.

On a voit un peu moins, ces deux dernières années.

Jeune maman, le boulot, et puis la découverte d'une nouvelle passion : le bras de fer !!

J'ai le plaisir de vous annoncer que, le week-end dernier, elle est revenue des championnats de France avec deux médailles d'argent (bras gauche et bras droit), seulement battue par la référence de la discipline, championne en titre depuis 2017.



Avec toutes nos félicitations ☺



# Entrainement le 9 mars

Entrainement à l'horaire habituel (19h-21h) ce  
**jeudi 9 mars**

pour un entraînement surveillé par

François Bournet, directeur de Plongée.	
	aidé d'un DP adjoint, en la personne de Patrick Delmas
Philippe Maurin, aidé de son acolyte Fred Privat, régaleront (dans la mesure du budget imposé !!) les convives ce jeudi 9 mars. Inscrivez-vous avant mardi minuit, heure à laquelle ce sondage se transformera en citrouille...	

Inscrivez-vous d'ICI MARDI MINUIT au

SONDAGE

# Raja Ampat

Nos amis Philippe et Marie-Annick reviennent d'un petit séjour en Indonésie.

Apparemment, question plongée, c'est ... disons pas trop mal !

Vous pourrez vous en faire une idée en cherchant, sur le site d'un de leurs camarades de voyage, « Raja Ampat 2023 », le film qui y est consacré.

SITE

---

## Entrainement le 2 mars

L'entraînement se déroulera de 19h à 21h ce

**jeudi 2 mars**

pour un entraînement surveillé par

Frédéric Privat, directeur de Plongée.	
	Merci à Patrick Delmas qui s'est une nouvelle fois proposé pour le rôle de DP adjoint, en surveillance du bassin de 20h à 21h.

C'est Michel qui prépare le repas ce jeudi pour les inscrits  
au

SONDAGE

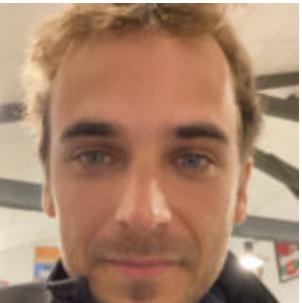
---

## Entrainement le 23 février

L'entraînement commencera à 19h ce

**jeudi 23 février**

pour un entraînement surveillé par

Antoine Bournet, directeur de Plongée.	
	aidé de Patrick, DP adjoint, qui sera en surveillance du bassin de 20h à 21h...

Claude et Aline aux fourneaux ce jeudi soir.

Inscrivez-vous d'ICI MARDI MINUIT au

SONDAGE

---

# **Entrainement le 16 février**

Entrainement dès 18h, comme c'est le cas lors de toutes les « petites » vacances scolaires ce

**jeudi 16 février**

Il se déroulera sous la direction de

Patrick Delmas, directeur de Plongée.	
	Jean-Louis, décidément indestructible, l'assistera dans sa tâche.

Comme c'est le cas la plupart du temps lors des vacances, si repas il y a ce sera sous la forme d'une *auberge espagnole*.

Bisous, Ana

---

# **Entrainement le 2 février**

Entrainement as usual à 19h ce

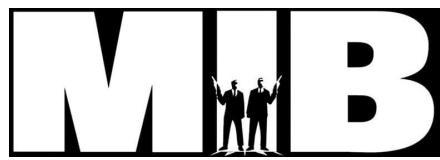
**jeudi 2 février**

pour un entraînement surveillé par

Christophe Tacaille,  
directeur de Plongée.



aidé d'un DP adjoint qui ne  
manquera pas de se proposer d'ici-  
là ?



Seb et Fred, les Men's in Black de la  
nouvelle cuisine, seront en avant-  
première mondiale aux fourneaux jeudi  
soir

Inscrivez-vous d'ICI MERCREDI MINUIT au

SONDAGE

## Entrainement le 26 janvier

Entraînement aux horaires normaux, de 19h à 21h donc, ce  
**jeudi 26 janvier**

Julien Raverà sera le  
directeur de Plongée.





aidé dans la surveillance du bassin de Philippe Maurin, DP adjoint.

La cuadrilla Pena&Pena sera à la baguette pour un succulent repas auquel je vous propose de vous inscrire avant mardi minuit sur le

SONDAGE

---

## **Entrainement annulé jeudi 19**

Comme on pouvait s'en douter, pour cause d'appel national à la grève, la séance de piscine de ce jeudi est annulée.