

Opti D3

Janvier		Février		Mars		Avril		Mai		Juin		Juillet	
1	D	1	M	1	M	1	S	1	L	1	J	1	S
2	L	2	J	2	J	2	D	2	M	2	V	2	D
3	M	3	V	3	V	3	L	3	M	3	S	3	L
4	M	4	S	4	S	4	M	4	J	4	D	4	M
5	J	5	D	5	D	5	M	5	V	5	L	5	M
6	V	6	L	6	L	6	J	6	S	6	M	6	J
7	S	7	M	7	M	7	V	7	D	7	M	7	V
8	D	8	M	8	M	8	S	8	L	8	J	8	S
9	L	9	J	9	J	9	D	9	M	9	V	9	D
10	M	10	V	10	V	10	L	10	M	10	S	10	L
11	M	11	S	11	S	11	M	11	J	11	D	11	M
12	J	12	D	12	D	12	M	12	V	12	L	12	M
13	V	13	L	13	L	13	J	13	S	13	M	13	J
14	S	14	M	14	M	14	V	14	D	14	M	14	V
15	D	15	M	15	M	15	S	15	L	15	J	15	S
16	L	16	J	16	J	16	D	16	M	16	V	16	D
17	M	17	V	17	V	17	L	17	M	17	S	17	L
18	M	18	S	18	S	18	M	18	J	18	D	18	M
19	J	19	D	19	D	19	M	19	V	19	L	19	M
20	V	20	L	20	L	20	J	20	S	20	M	20	J
21	S	21	M	21	M	21	V	21	D	21	M	21	V
22	D	22	M	22	M	22	S	22	L	22	J	22	S
23	L	23	J	23	J	23	D	23	M	23	V	23	D
24	M	24	V	24	V	24	L	24	M	24	S	24	L
25	M	25	S	25	S	25	M	25	J	25	D	25	M
26	J	26	D	26	D	26	M	26	V	26	L	26	M
27	V	27	L	27	L	27	J	27	S	27	M	27	J
28	S	28	M	28	M	28	V	28	D	28	M	28	V
29	D			29	M	29	S	29	L	29	J	29	S
30	L			30	J	30	D	30	M	30	V	30	D
31	M			31	V			31	M			31	L

entraînement

régates et stage

vacances et fériés