



USMA Plongée

Saison 2026 / 2027

Planning tous niveaux

		Septembre	Septembre	Septembre	Septembre			Octobre	Octobre	Octobre	Octobre			Novembre	Novembre	Novembre	Novembre			Décembre	Décembre	Décembre	Décembre		
Date		Débutant	Intermé diaire	Avancé	Potesagés	Date		Débutant	Intermé diaire	Avancé	Potesagés	Date		Débutant	Intermé diaire	Avancé	Potesagés	Date		Débutant	Intermé diaire	Avancé	Potesagés		
1	M					1	J		Fosse 21h30					1	D					1	M				
2	M					2	V						2	L	Nage	Nage	Nage		2	M	Théorie	Bloc	Nage	Théorie	
3	J					3	S		Sortie Hyeres					3	M					3	J	Fosse 22h RDV 21h30			
4	V					4	D						4	M	Bloc	Théorie	Nage		4	V					
5	S					5	L	Nage	Nage	Nage		5	J	Fosse 22h RDV 21h30				5	S						
6	D					6	M					6	V					6	D						
7	L					7	M	Ergomotricité	Bloc	Nage		7	S					7	L	Nage	Nage	Nage			
8	M					8	J					8	D					8	M						
9	M	Réunion rentrée : Bureau / Encadrants				9	V					9	L	Nage	Nage	Nage		9	M	Nage	Théorie	Théorie GP			
10	J					10	S					10	M					10	J						
11	V					11	D					11	M	Armistice 1918				11	V						
12	S	Forum des Associations				12	L	Nage	Nage	Nage		12	J					12	S						
13	D					13	M					13	V					13	D						
14	L					14	M	Bloc	Théorie 1	Théorie GP		14	S					14	L	Nage	Nage	Nage			
15	M					15	J					15	D					15	M	MATERIEL					
16	M		Rentrée: Baptême & Nage			16	V					16	L	Nage	Nage	Nage		16	M	Bloc	Nage	Théorie PA40	Théorie		
17	J					17	S					17	M	MATERIEL				17	J						
18	V					18	D					18	M	Nage	Bloc	Théorie		18	V						
19	S					19	L	Nage	Nage	Nage		19	J					19	S						
20	D					20	M	MATERIEL					20	V				20	D						
21	L	Nage	Nage	Nage		21	M	Nage	Bloc	Théorie PA40		21	S					21	L						
22	M	MATERIEL				22	J					22	D					22	M						
23	M	Baptême & Nage		Théorie PA40 GP		23	V					23	L	Nage	Nage	Nage		23	M						
24	J					24	S					24	M					24	J	Noël					
25	V					25	D					25	M	Soirée Champêtre (à confirmer)				25	V						
26	S					26	L	Nage	Nage	Nage		26	J					26	S						
27	D					27	M					27	V					27	D						
28	L	Nage	Nage	Nage		28	M	Théorie	Nage	Bloc	Théorie	28	S					28	L						
29	M					29	J					29	D					29	M						
30	M	Nage	Bloc	Nage		30	V					30	L	Nage	Nage	Nage		30	M						
						31	S											31	J						

Déb.
Int.
Av.

PA 40. Théorie

BLOC	NAGE
THEORIE	MATERIEL
CAFSAN	Réunion encadrants 19h30
Sortie plongée possible 	
Fosse de Villeneuve la Garenne	
Ergomotricité	Réunion bureau 19h30

Les séances sont de **20h30 à 22h30 (heure de sortie)** sauf les séances avec horaires mentionnés.

Les séances sont possibles en piscine si un encadrant E1 minimum est présent.

Le port du bonnet de bain est obligatoire en piscine.

Sorties plongées (exploration / technique) en milieu naturel, voir l'équipe sorties.

Les inscriptions à la fosse se font par sondage (Doodle/Framadate) envoyé à tous.

L	Vacances scolaires
---	--------------------



USMA Plongée

Saison 2026 / 2027

Planning tous niveaux

Janvier					Février					Mars					Avril				
Date	Débutant	Intermédiaire	Avancé	Potesagés	Date	Débutant	Intermédiaire	Avancé	Potesagés	Date	Débutant	Intermédiaire	Avancé	Potesagés	Date	Débutant	Intermédiaire	Avancé	Potesagés
1	V				1	L	Nage	CAFSAN	Nage	1	L	Nage	Nage	Nage	1	J	Fosse 22h RDV 21h30		
2	S				2	M				2	M				2	V			
3	D				3	M	Bloc	CAFSAN		3	M	Théorie	Bloc	Nage	3	S			
4	L	Nage	Nage	Nage	4	J	Fosse 22h RDV 21h30			4	J	Fosse 22h RDV 21h30			4	D			
5	M				5	V				5	V				5	L	Nage	Nage	Nage
6	M	Bloc	Climats (PF)	Nage	6	S				6	S				6	M			
7	J	Fosse 22h RDV 21h30			7	D				7	D				7	M	Nage	Théorie	Bloc
8	V	SALON PLONGEE			8	L	Nage	CAFSAN rattrapage	Nage	8	L	Nage	Nage	Nage	8	J			
9	S				9	M				9	M				9	V			
10	D				10	M	Théorie	Bloc	Théorie GP	10	M	Nage	Théorie	Bloc	10	S			
11	L	Nage	Nage	Nage	11	J				11	J				11	D			
12	M				12	V				12	V				12	L	Nage	Nage	Nage
13	M	Nage	CAFSAN	Bloc	13	S				13	S				13	M			
14	J				14	D				14	D				14	M	Bloc	Nage	Théorie
15	V				15	L	Nage	Nage	Nage	15	L	Nage	Nage	Nage	15	J			
16	S				16	M				16	M				16	V			
17	D				17	M	Bloc	Loi Phys.(PF)	Nage	17	M	Bloc	Matériel (PF)	Théorie	17	S			
18	L	Nage	CAFSAN	Nage	18	J				18	J				18	D			
19	M	MATÉRIEL			19	V				19	V				19	L	Nage	Nage	Nage
20	M	Bloc	CAFSAN	Nage	20	S				20	S				20	M			
21	J				21	D				21	D				21	M	Théorie	Bloc	Nage
22	V				22	L	Nage	Nage	Nage	22	L	Nage	Nage	Nage	22	J			
23	S				23	M	MATÉRIEL			23	M	MATÉRIEL			23	V			
24	D				24	M	Nage	Bloc	Théorie PA40	24	M	Théorie	Bloc	Nage	24	S			
25	L	Nage	CAFSAN	Nage	25	J				25	J				25	D			
26	M				26	V				26	V				26	L	Nage	Nage	Nage
27	M	Théorie	CAFSAN	Nage	27	S				27	S				27	M			
28	J				28	L	Nage	Nage	Nage	28	D				28	M	Nage	Théorie	Nage
29	V									29	L	Pâques			29	J			
30	S	BAL PLONGEE (à confirmer)								30	M				30	V			
31										31	M	Bloc	Théorie	Nage					

	Nombre de séances		
	Théorie	Bloc	Nage
Débutant	7	11	47
Intermédiaire	5	12	36
Avancé	3	4	49
Potesagés	6	0	0

Moyenne des séances.		
Nage	Biologie	Natation
44	0	0
Navigation	CAFSAN	Fosse
0	4	7



USMA Plongée

Saison 2026 / 2027

Planning tous niveaux

Mai					Juin				
Date	Débutant	Intermédiaire	Avancé	Potesagés	Date	Débutant	Intermédiaire	Avancé	Potesagés
1 S					1 M				
2 D					2 M	Nage	exam	exam	
3 L	Nage	Nage	Nage		3 J	Fosse 22h RDV 21h30			
4 M					4 V				
5 M	Bloc	Nage	Théorie		5 S				
6 J	Ascension				6 D				
7 V					7 L	Nage	Nage	Nage	
8 S					8 M				
9 D					9 M	Bassin Ludique			
10 L	Nage	Nage	Nage		10 J				
11 M					11 V				
12 M	exam	Bloc	Nage		12 S				
13 J					13 D				
14 V					14 L	Nage	Nage	Nage	
15 S					15 M				
16 D					16 M	Nage	Nage	Nage	
17 L	Pentecote				17 J	AG			
18 M	MATRIEL				18 V				
19 M	Bloc	révision	Nage		19 S				
20 J					20 D				
21 V					21 L				
22 S					22 M	MATRIEL			
23 D					23 M				
24 L	Nage	Nage	Nage		24 J				
25 M					25 V	 Sortie Trebeurden (à confirmer) 			
26 M	Nage	Bloc	révision		26 S				
27 J					27 D				
28 V					28 L				
29 S					29 M				
30 D					30 M				
31 L	Nage	Nage	Nage						

BLOC	NAGE
THEORIE	MATERIEL
CAFSAN	Réunion encadrants 19h30
Sortie plongée possible 	
Fosse de Villeneuve la Garenne	
Ergomotricité	Réunion bureau 19h30