



Un créneau Multi-clubs est mis à disposition pour la préparation du Challenge, la personne à contacter si vous êtes intéressé.es est Nadia Migout, secrétaire su CODEP 87, 0667191480.

Séances de préparation à la piscine Saint-Lazare, 18 rue Jules Noël à Limoges les samedis de 15h45 à 17h30 ouvertes aux jeunes de 8 à 17 ans des clubs affiliés au CODEP 87.

Dates	Lieu	Contenu
09/09/23 15h30	piscine Saint-Lazare Limoges	Baptême de Plongée
25/09/23 20h	Maison des Sports , 35 bd Beaublanc Limoges	Présentation du Challenge, des épreuves et inscription des jeunes
30/09/23 15h30	piscine Saint-Lazare Limoges	Fil d'Ariane & Course Hawaïenne
07/10/23 15h45	piscine Saint-Lazare Limoges	Apnée & Hockey subaquatique
14/10/23 15h45	piscine Saint-Lazare Limoges	NAP, NEV
21/10/23 15h45	piscine Saint-Lazare Limoges	TSC
28/10/23 15h45	piscine Saint-Lazare Limoges	Répétition de toutes les épreuves pour Mathieu et Samuel
04/11/23 08h30	Piscine Léo Lagrange Toulouse	Challenge National Oxy jeunes

Dates	Lieu	Contenu
18/11/23 15h45	piscine Saint-Lazare Limoges	Plongée Bouteille : Nage Hawaïenne & Gréage avec masque occulté
25/11/23 15h45	piscine Saint-Lazare Limoges	Apnée & Hockey subaquatique
02/12/23 15h45	piscine Saint-Lazare Limoges	Nage avec Palmes, bi palmes et mono palmes
09/12/23 15h45	piscine Saint-Lazare Limoges	Nage en eau vive avec les hydrospeeds
16/12/23 15h45	piscine Saint-Lazare Limoges	Rugby sub Aquatique
27/12/23 19h40	piscine Aquapolis Limoges	Nage avec Palmes, bi palmes et mono palmes

27/01/24 15h45	piscine Saint-Lazare Limoges	Poussins : fil d'Ariane Minimes & + : Course hawaïenne
03/02/24 15h45	piscine Saint-Lazare Limoges	Apnée, Hockey, Parcours juniors
17/02/24 15h45	piscine Saint-Lazare Limoges	Nage en eau vive & Parcours Cadets
21/02/24 19h40	piscine Aquapolis Limoges	Nage avec Palmes, bi palmes et mono palmes
24/02/24 15h45	piscine Saint-Lazare Limoges	Répétition Parcours Cadets & Juniors Répétition épreuves au choix minimes & poussins
02/03/24 16h	piscine Saint-Lazare Limoges	Préparation du défilé : costumes & banderoles

09/03/24 15h45	piscine Saint-Lazare Limoges	TSC à confirmer
16/03/24	Piscine Léo Lagrange Toulouse	Challenge National Oxy jeunes
23/03/24 15h45	piscine Saint-Lazare Limoges	Plongée bouteille Gréage-dégréage , équilibrage en déplacement et statique
30/03/24 15h45	piscine Saint-Lazare Limoges	Plongée bouteille, évoluer à 2 avec un octopus en cas de panne d'air

06/04/24 15h45	piscine Saint-Lazare Limoges	Rappel des signes usuels en palanquée, Déroulement d'une plongée
17/04/24 19h40	piscine Aquapolis Limoges	Plongée Bouteille fosse de 4,8 m, signes évolution, consommation et palier