LEVERS et COUCHERS SOLEIL - LUNE MONTROUGE 2026

par www.calendriergratuit.fr

JANVIER

Dates		Soleil		Lune	
		L	C	L	C
J	1	08:41	17:06	14:33	07:01
V	2	08:41	17:07	15:36	08:17
S	3	08:41	17:08	16:54	09:16
D	4	08:41	17:09	18:20	09:57
L	5	08:41	17:10	19:47	10:26
M	6	08:41	17:11	21:08	10:47
M	7	08:40	17:13	22:25	11:04
J	8	08:40	17:14	23:38	11:18
V	9	08:40	17:15		11:32
S	10	08:39	17:16	00:48	11:45
D	11	08:39	17:18	01:58	12:00
L	12	08:38	17:19	03:08	12:17
M	13	08:38	17:20	04:18	12:40
M	14	08:37	17:22	05:27	13:09
J	15	08:36	17:23	06:32	13:48
V	16	08:35	17:25	07:29	14:38
S	17	08:35	17:26	08:15	15:41
D	18	08:34	17:27	08:51	16:51
L	19	08:33	17:29	09:19	18:06
M	20	08:32	17:30	09:40	19:22
M	21	08:31	17:32	09:57	20:37
J	22	08:30	17:33	10:12	21:53
V	23	08:29	17:35	10:27	23:10
S	24	08:28	17:37	10:41	
D	25	08:27	17:38	10:58	00:28
L	26	08:26	17:40	11:19	01:50
M	27	08:25	17:41	11:46	03:15
M	28	08:23	17:43	12:23	04:39
J	29	08:22	17:44	13:16	05:58
V	30	08:21	17:46	14:26	07:02
S	31	08:20	17:48	15:49	07:50

○ PLEINE LUNE le 03
◑ DERNIER QUARTIER le 10
● NOUVELLE LUNE le 18
◐ PREMIER QUARTIER le 26

FÉVRIER

Dates		Soleil		Lune	
		L	C	L	C
D	1	08:18	17:49	17:15	08:24
L	2	08:17	17:51	18:39	08:48
M	3	08:15	17:53	19:59	09:07
M	4	08:14	17:54	21:16	09:23
J	5	08:13	17:56	22:28	09:37
V	6	08:11	17:58	23:40	09:50
S	7	08:09	17:59		10:04
D	8	08:08	18:01	00:51	10:21
L	9	08:06	18:02	02:02	10:41
M	10	08:05	18:04	03:13	11:08
M	11	08:03	18:06	04:20	11:43
J	12	08:01	18:07	05:20	12:28
V	13	08:00	18:09	06:11	13:26
S	14	07:58	18:11	06:50	14:33
D	15	07:56	18:12	07:21	15:47
L	16	07:55	18:14	07:45	17:04
M	17	07:53	18:16	08:03	18:21
M	18	07:51	18:17	08:19	19:39
J	19	07:49	18:19	08:34	20:57
V	20	07:47	18:20	08:49	22:16
S	21	07:46	18:22	09:05	23:39
D	22	07:44	18:24	09:24	
L	23	07:42	18:25	09:49	01:03
M	24	07:40	18:27	10:22	02:27
M	25	07:38	18:28	11:09	03:47
J	26	07:36	18:30	12:11	04:55
V	27	07:34	18:32	13:27	05:47
S	28	07:32	18:33	14:50	06:24

○ PLEINE LUNE le 01
◑ DERNIER QUARTIER le 09
● NOUVELLE LUNE le 17
◐ PREMIER QUARTIER le 24

MARS

Dates		Soleil		Lune	
		L	C	L	C
D	1	07:30	18:35	16:14	06:51
L	2	07:28	18:36	17:35	07:11
M	3	07:26	18:38	18:52	07:28
M	4	07:24	18:40	20:07	07:42
J	5	07:22	18:41	21:20	07:56
V	6	07:20	18:43	22:32	08:09
S	7	07:18	18:44	23:44	08:25
D	8	07:16	18:46		08:44
L	9	07:14	18:47	00:56	09:08
M	10	07:12	18:49	02:05	09:39
M	11	07:10	18:50	03:08	10:19
J	12	07:08	18:52	04:03	11:12
V	13	07:06	18:54	04:47	12:15
S	14	07:04	18:55	05:21	13:26
D	15	07:02	18:57	05:47	14:41
L	16	07:00	18:58	06:07	15:58
M	17	06:58	19:00	06:24	17:16
M	18	06:55	19:01	06:40	18:35
J	19	06:53	19:03	06:55	19:56
V	20	06:51	19:04	07:11	21:19
S	21	06:49	19:06	07:29	22:45
D	22	06:47	19:07	07:52	
L	23	06:45	19:09	08:23	00:12
M	24	06:43	19:10	09:06	01:36
M	25	06:41	19:12	10:04	02:48
J	26	06:39	19:13	11:16	03:45
V	27	06:36	19:15	12:36	04:25
S	28	06:34	19:16	13:59	04:55
D	29	07:32	20:18	16:18	06:17
L	30	07:30	20:19	17:36	06:34
M	31	07:28	20:21	18:49	06:49

○ PLEINE LUNE le 03
◑ DERNIER QUARTIER le 11
● NOUVELLE LUNE le 19
◐ PREMIER QUARTIER le 25

AVRIL

Dates		Soleil		Lune	
		L	C	L	C
M	1	07:26	20:22	20:02	07:02
J	2	07:24	20:24	21:14	07:16
V	3	07:22	20:25	22:26	07:31
S	4	07:20	20:27	23:39	07:49
D	5	07:18	20:28		08:10
L	6	07:16	20:30	00:49	08:38
M	7	07:14	20:31	01:55	09:15
M	8	07:12	20:33	02:53	10:02
J	9	07:09	20:34	03:42	11:01
V	10	07:07	20:36	04:18	12:08
S	11	07:05	20:37	04:47	13:20
D	12	07:03	20:39	05:10	14:35
L	13	07:01	20:40	05:28	15:51
M	14	06:59	20:42	05:44	17:08
M	15	06:57	20:43	05:59	18:27
J	16	06:55	20:45	06:14	19:50
V	17	06:54	20:46	06:32	21:17
S	18	06:52	20:48	06:53	22:46
D	19	06:50	20:49	07:22	
L	20	06:48	20:51	08:01	00:15
M	21	06:46	20:52	08:55	01:35
M	22	06:44	20:54	10:05	02:39
J	23	06:42	20:55	11:25	03:26
V	24	06:40	20:57	12:47	03:59
S	25	06:38	20:58	14:08	04:22
D	26	06:37	20:59	15:25	04:41
L	27	06:35	21:01	16:38	04:56
M	28	06:33	21:02	17:50	05:10
M	29	06:31	21:04	19:01	05:24
J	30	06:30	21:05	20:12	05:38

○ PLEINE LUNE le 02
◑ DERNIER QUARTIER le 10
● NOUVELLE LUNE le 17
◐ PREMIER QUARTIER le 24

MAI

Dates		Soleil		Lune	
		L	C	L	C
V	1	06:28	21:07	21:24	05:55
S	2	06:26	21:08	22:35	06:14
D	3	06:24	21:10	23:43	06:40
L	4	06:23	21:11		07:14
M	5	06:21	21:13	00:44	07:58
M	6	06:20	21:14	01:36	08:52
J	7	06:18	21:16	02:16	09:56
V	8	06:17	21:17	02:48	11:05
S	9	06:15	21:18	03:12	12:17
D	10	06:14	21:20	03:32	13:31
L	11	06:12	21:21	03:48	14:45
M	12	06:11	21:23	04:03	16:01
M	13	06:09	21:24	04:18	17:21
J	14	06:08	21:25	04:34	18:44
V	15	06:07	21:27	04:53	20:12
S	16	06:05	21:28	05:18	21:43
D	17	06:04	21:29	05:53	23:09
L	18	06:03	21:31	06:41	
M	19	06:02	21:32	07:47	00:23
M	20	06:00	21:33	09:06	01:19
J	21	05:59	21:34	10:31	01:58
V	22	05:58	21:36	11:55	02:26
S	23	05:57	21:37	13:15	02:46
D	24	05:56	21:38	14:29	03:03
L	25	05:55	21:39	15:42	03:17
M	26	05:54	21:40	16:52	03:31
M	27	05:53	21:42	18:03	03:45
J	28	05:52	21:43	19:14	04:01
V	29	05:52	21:44	20:24	04:20
S	30	05:51	21:45	21:33	04:43
D	31	05:50	21:46	22:36	05:15

○ PLEINE LUNE le 01
◑ DERNIER QUARTIER le 09
● NOUVELLE LUNE le 16
◐ PREMIER QUARTIER le 23
○ PLEINE LUNE le 31

JUIN

Dates		Soleil		Lune	
		L	C	L	C
L	1	05:49	21:47	23:32	05:55
M	2	05:49	21:48		06:46
M	3	05:48	21:49	00:15	07:47
J	4	05:48	21:50	00:49	08:55
V	5	05:47	21:51	01:15	10:06
S	6	05:47	21:51	01:36	11:18
D	7	05:46	21:52	01:53	12:30
L	8	05:46	21:53	02:08	13:43
M	9	05:45	21:54	02:22	14:58
M	10	05:45	21:54	02:37	16:17
J	11	05:45	21:55	02:54	17:41
V	12	05:45	21:56	03:16	19:09
S	13	05:44	21:56	03:45	20:37
D	14	05:44	21:57	04:25	21:59
L	15	05:44	21:57	05:23	23:04
M	16	05:44	21:58	06:38	23:52
M	17	05:44	21:58	08:04	
J	18	05:44	21:58	09:32	00:25
V	19	05:44	21:59	10:56	00:49
S	20	05:45	21:59	12:15	01:08
D	21	05:45	21:59	13:30	01:23
L	22	05:45	21:59	14:42	01:38
M	23	05:45	22:00	15:54	01:52
M	24	05:46	22:00	17:05	02:07
J	25	05:46	22:00	18:15	02:25
V	26	05:46	22:00	19:25	02:47
S	27	05:47	22:00	20:30	03:16
D	28	05:47	22:00	21:28	03:53
L	29	05:48	22:00	22:14	04:41
M	30	05:49	21:59	22:51	05:40

◑ DERNIER QUARTIER le 08
● NOUVELLE LUNE le 15
◐ PREMIER QUARTIER le 21
○ PLEINE LUNE le 30

JUILLET

Dates		Soleil		Lune	
		L	C	L	C
M	1	05:49	21:59	23:20	06:46
J	2	05:50	21:59	23:42	07:57
V	3	05:51	21:59	23:59	09:09
S	4	05:51	21:58		10:20
D	5	05:52	21:58	00:14	11:33
L	6	05:53	21:57	00:28	12:45
M	7	05:54	21:57	00:43	14:00
M	8	05:54	21:56	00:59	15:19
J	9	05:55	21:56	01:18	16:42
V	10	05:56	21:55	01:42	18:09
S	11	05:57	21:54	02:15	19:33
D	12	05:58	21:54	03:03	20:45
L	13	05:59	21:53	04:09	21:41
M	14	06:00	21:52	05:31	22:21
M	15	06:01	21:51	07:00	22:49
J	16	06:02	21:50	08:28	23:11
V	17	06:03	21:49	09:52	23:28
S	18	06:05	21:48	11:11	23:43
D	19	06:06	21:47	12:26	23:57
L	20	06:07	21:46	13:40	
M	21	06:08	21:45	14:52	00:12
M	22	06:09	21:44	16:04	00:29
J	23	06:11	21:43	17:14	00:50
V	24	06:12	21:42	18:21	01:16
S	25	06:13	21:41	19:22	01:51
D	26	06:14	21:39	20:12	02:35
L	27	06:16	21:38	20:53	03:31
M	28	06:17	21:37	21:24	04:35
M	29	06:18	21:35	21:47	05:46
J	30	06:20	21:34	22:06	06:58
V	31	06:21	21:32	22:22	08:10

◑ DERNIER QUARTIER le 07
● NOUVELLE LUNE le 14
◐ PREMIER QUARTIER le 21
○ PLEINE LUNE le 29

AOÛT

Dates		Soleil		Lune	
		L	C	L	C
S	1	06:22	21:31	22:36	09:23
D	2	06:24	21:30	22:50	10:36
L	3	06:25	21:28	23:05	11:50
M	4	06:26	21:26	23:23	13:07
M	5	06:28	21:25	23:44	14:27
J	6	06:29	21:23		15:50
V	7	06:30	21:22	00:12	17:13
S	8	06:32	21:20	00:53	18:28
D	9	06:33	21:18	01:49	19:30
L	10	06:35	21:17	03:03	20:15
M	11	06:36	21:15	04:27	20:48
M	12	06:37	21:13	05:56	21:12
J	13	06:39	21:11	07:23	21:31
V	14	06:40	21:10	08:45	21:47
S	15	06:42	21:08	10:03	22:02
D	16	06:43	21:06	11:19	22:17
L	17	06:44	21:04	12:33	22:33
M	18	06:46	21:02	13:47	22:53
M	19	06:47	21:01	15:00	23:17
J	20	06:49	20:59	16:09	23:48
V	21	06:50	20:57	17:13	
S	22	06:51	20:55	18:07	00:29
D	23	06:53	20:53	18:51	01:21
L	24	06:54	20:51	19:26	02:22
M	25	06:56	20:49	19:51	03:31
M	26	06:57	20:47	20:12	04:43
J	27	06:59	20:45	20:29	05:56
V	28	07:00	20:43	20:44	07:10
S	29	07:01	20:41	20:58	08:23
D	30	07:03	20:39	21:13	09:39
L	31	07:04	20:37	21:30	10:55

◑ DERNIER QUARTIER le 06
● NOUVELLE LUNE le 12
◐ PREMIER QUARTIER le 20
○ PLEINE LUNE le 28

SEPTEMBRE

Dates		Soleil		Lune	
		L	C	L	C
M	1	07:06	20:35	21:50	12:15
M	2	07:07	20:33	22:15	13:38
J	3	07:08	20:31	22:51	15:00
V	4	07:10	20:29	23:41	16:17
S	5	07:11	20:27		17:23
D	6	07:13	20:24	00:46	18:12
L	7	07:14	20:22	02:05	18:48
M	8	07:16	20:20	03:31	19:15
M	9	07:17	20:18	04:56	19:35
J	10	07:18	20:16	06:19	19:52
V	11	07:20	20:14	07:39	20:07
S	12	07:21	20:12	08:56	20:22
D	13	07:23	20:10	10:11	20:38
L	14	07:24	20:08	11:27	20:56
M	15	07:25	20:05	12:41	21:19
M	16	07:27	20:03	13:53	21:47
J	17	07:28	20:01	15:00	22:23
V	18	07:30	19:59	15:58	23:11
S	19	07:31	19:57	16:46	
D	20	07:33	19:55	17:24	00:08
L	21	07:34	19:53	17:53	01:14
M	22	07:35	19:51	18:15	02:25
M	23	07:37	19:48	18:34	03:38
J	24	07:38	19:46	18:50	04:51
V	25	07:40	19:44	19:05	06:05
S	26	07:41	19:42	19:20	07:21
D	27	07:43	19:40	19:36	08:38
L	28	07:44	19:38	19:55	09:59
M	29	07:45	19:36	20:19	11:22
M	30	07:47	19:34	20:52	12:47

◑ DERNIER QUARTIER le 04
● NOUVELLE LUNE le 11
◐ PREMIER QUARTIER le 18
○ PLEINE LUNE le 26

OCTOBRE

Dates		Soleil		Lune	
		L	C	L	C
J	1	07:48	19:31	21:38	14:07
V	2	07:50	19:29	22:39	15:17
S	3	07:51	19:27	23:53	16:10
D	4	07:53	19:25		16:49
L	5	07:54	19:23	01:15	17:18
M	6	07:56	19:21	02:39	17:40
M	7	07:57	19:19	04:00	17:58
J	8	07:59	19:17	05:19	18:13
V	9	08:00	19:15	06:36	18:28
S	10	08:02	19:13	07:51	18:43
D	11	08:03	19:11	09:06	19:01
L	12	08:05	19:09	10:20	19:21
M	13	08:06	19:07	11:34	19:47
M	14	08:08	19:05	12:44	20:20
J	15	08:09	19:03	13:47	21:04
V	16	08:11	19:01	14:39	21:57
S	17	08:12	18:59	15:21	23:00
D	18	08:14	18:57	15:53	
L	19	08:15	18:55	16:17	00:08
M	20	08:17	18:53	16:37	01:19
M	21	08:18	18:51	16:54	02:30
J	22	08:20	18:50	17:09	03:43
V	23	08:21	18:48	17:24	04:57
S	24	08:23	18:46	17:40	06:13
D	25	07:24	17:44	16:58	06:33
L	26	07:26	17:42	17:21	07:57
M	27	07:28	17:41	17:51	09:24
M	28	07:29	17:39	18:33	10:49
J	29	07:31	17:37	19:30	12:05
V	30	07:32	17:35	20:42	13:06
S	31	07:34	17:34	22:04	13:50

◑ DERNIER QUARTIER le 03
● NOUVELLE LUNE le 10
◐ PREMIER QUARTIER le 18
○ PLEINE LUNE le 26

NOVEMBRE

Dates		Soleil		Lune	
		L	C	L	C
D	1	07:35	17:32	23:28	14:21
L	2	07:37	17:31		14:45
M	3	07:39	17:29	00:49	15:04
M	4	07:40	17:27	02:08	15:20
J	5	07:42	17:26	03:23	15:35
V	6	07:43	17:24	04:37	15:50
S	7	07:45	17:23	05:51	16:06
D	8	07:47	17:21	07:04	16:25
L	9	07:48	17:20	08:17	16:49
M	10	07:50	17:19	09:29	17:20
M	11	07:51	17:17	10:34	17:59
J	12	07:53	17:16	11:31	18:49
V	13	07:54	17:15	12:16	19:49
S	14	07:56	17:13	12:52	20:54
D	15	07:57	17:12	13:19	22:03
L	16	07:59	17:11	13:40	23:14
M	17	08:00	17:10	13:58	
M	18	08:02	17:09	14:13	00:24
J	19	08:04	17:08	14:27	01:35
V	20	08:05	17:07	14:42	02:48
S	21	08:06	17:06	14:59	04:04
D	22	08:08	17:05	15:20	05:26
L	23	08:09	17:04	15:46	06:51
M	24	08:11	17:03	16:22	08:18
M	25	08:12	17:02	17:14	09:42
J	26	08:14	17:01	18:23	10:51
V	27	08:15	17:01	19:45	11:44
S	28	08:16	17:00	21:12	12:21
D	29	08:18	16:59	22:37	12:49
L	30	08:19	16:59	23:58	13:09

◑ DERNIER QUARTIER le 01
● NOUVELLE LUNE le 09
◐ PREMIER QUARTIER le 17
○ PLEINE LUNE le 24

DÉCEMBRE

Dates		Soleil		Lune	
		L	C	L	C
M	1	08:20	16:58		13:26
M	2	08:22	16:58	01:15	13:42
J	3	08:23	16:57	02:28	13:56
V	4	08:24	16:57	03:41	14:12
S	5	08:25	16:57	04:54	14:30
D	6	08:26	16:56	06:06	14:52
L	7	08:27	16:56	07:18	15:21
M	8	08:28	16:56	08:24	15:57
M	9	08:29	16:56	09:24	16:44
J	10	08:30	16:56	10:13	17:40
V	11	08:31	16:56	10:51	18:44
S	12	08:32	16:56	11:21	19:52
D	13	08:33	16:56	11:44	21:02
L	14	08:34	16:56	12:02	22:11
M	15	08:35	16:56	12:18	23:20
M	16	08:36	16:56	12:32	
J	17	08:36	16:56	12:46	00:30
V	18	08:37	16:57	13:02	01:43
S	19	08:38	16:57	13:20	02:58
D	20	08:38	16:57	13:42	04:19
L	21	08:39	16:58	14:12	05:44
M	22	08:39	16:58	14:55	07:09
M	23	08:40	16:59	15:56	08:27
J	24	08:40	16:59	17:14	09:30
V	25	08:40	17:00	18:41	10:15
S	26	08:41	17:01	20:11	10:48
D	27	08:41	17:02	21:38	11:12
L	28	08:41	17:02	22:59	11:31
M	29	08:41	17:03		11:47
M	30	08:41	17:04	00:16	12:02
J	31	08:41	17:05	01:31	12:18

◑ DERNIER QUARTIER le 01
● NOUVELLE LUNE le 09
◐ PREMIER QUARTIER le 17
○ PLEINE LUNE le 24
◑ DERNIER QUARTIER le 30

Les heures sont locales, elles tiennent compte du lieu de la commune mais aussi du fuseau horaire de celle-ci.