



Le tarena de la CAPL



ATOPA - OCTOBRE 2026

TĀPATI DIMANCHE	MONIRĒ LUNDI	MAHANA PITI MARDI	MAHANA TORU MERCREDI	MAHANA MAHA JEUDI	MAHANA PAE VENDREDI	MAHANA MĀ'A SAMEDI
HUNA				 ÔRE'ÔRE MUA	 ÔRE'ÔRE ROTO	 ÔRE'ÔRE MURI
 TAAROA MUA	 TAAROA ROTO	 TAAROA MURI	 TĀNE	 RO'O NUI	 RO'O MAURI	 MUTU
 TIREO	 HIRO HITI	 HOĀTA	 HĀMIAMA MUA	 HĀMIAMA ROTO	 HĀMIAMA MURI	 'ÔRE 'ÔRE MUA
 'ÔRE 'ÔRE ROTO	 TAMATEA	 HUNA	 RAPU	 MAHARU	 ÔHUA	 MĀITU
 HOTU	 MĀRAÏ	 TURU	 RA'AU MUA	 RA'AU ROTO	 RA'AU MURI	 ÔRE'ÔRE MUA

Sources: CAPL - Tarena la ora te natura - Astro seek - Calendrier - Application "Phases de la lune" M2Catalyst

RYTHME SYNODIQUE + RYTHME TROPIQUE



Les données sont basées sur le Tarena Polynésien et la biodynamie occidentale - Scientifiquement, il n'y a pas de preuve que la Lune ait des effets sur la pêche et l'agriculture. Ce sont des informations issues des pratiques ancestrales. La météo du jour reste l'élément clé.

RYTHME SIDERAL

On se concentre sur les **fruits et légumes fruits**

On se concentre sur les **fleurs**

On se concentre sur les **légumes racines**

On se concentre sur les **légumes feuilles**



-  **Lune décroissante et montante:** Faire la taille de formation, planter des arbres, récolter les plantes à sécher
-  **Lune décroissante et descendante:** Faire la taille d'entretien, repiquer, récolter les racines et les fruits fragiles, fertiliser et amender, tondre l'herbe pour une repousse lente, éliminer les mauvaises herbes, travailler les sols légers
-  **Lune croissante et montante:** Greffer, composter, faire les semis, pailler pour la matière organique, tondre l'herbe, travailler un sol lourd
-  **Lune croissante et descendante:** Bouturer, repiquer, planter les arbres, pailler pour aérer, récolter les semences, appliquer un engrais foliaire
-  **Pleine lune :** Semer ou repiquer les légumes racines - récolter les herbes médicinales
-  **Nouvelle lune:** Semer ou repiquer les légumes feuilles

TARENA POLYNÉSIEN

RA'AU ROTO	Pas de pêche - planter ce qui est comestible
RA'AU MURI	Pose du filet avant le coucher de soleil - Ouverture vers la terre
ÔRE'ÔRE MUA	Pêche difficile - Filets profonds lorsque le soleil descend ouvert vers la plage - Planter des bananiers "puroini"
ÔRE'ÔRE ROTO	Pêche difficile - mu au filet
ÔRE'ÔRE MURI	Pas de pêche
TA'AROA MUA et TA'AROA ROTO	Poissons à long bec - Filets vers la terre encombrés de araœ
TAAROA MURI	Poissonneux
TĀNE	Poissonneux - Planter des patates douces (umara) ou des tubercules
RO'O NUI et RO'O MAURI	Pêche abondante - Filet vers la plage
MUTU	Pas de pêche
TIREO	Pêche abondante - Filet vers la plage - Planter l'ananas et le manioc - Bonne germination des semis
HIRO HITI	Pêche abondante - Hameçon en ligne - Planter le umara et le ufi
HOĀTA et HĀMIAMA MUA	Pêcher à la lueur des torches de ni'au

HĀMIAMA ROTO	Pêcher à la lueur des torches de ni'au : uhu et des tarao - Sur les récifs : langoustes et des 'oïro
HĀMIAMA MURI	Pêcher avec des torches depuis la pirogue - Dans les chenaux des récifs mu, vete et ume
'ÔRE 'ÔRE MUA	Pas de pêche
'ÔRE 'ÔRE ROTO	Pas de pêche
TAMATEA	to'au , taea, maene, 'auhupu... se dirigent vers les bancs de sable - Filet vers la terre au coucher de soleil
HUNA	Pas de pêche
RAPU	Pêche difficile - Présence de maene - Filet vers la terre au coucher de soleil
MAHARU	Pas de pêche
HUA	Pêche abondante - Présence de mu'u et tuhara - Filet vers la plage
MĀITU	Présence de maito, 'turi', para'i, ôrare, tiātao au filet - Planter des potirons à l'aube
HOTU	Filet vers la plage
MĀRAÏ	Pêche difficile - Planter des fruits et légumes comestibles
TURU	Pas de pêche - Tout planter en particulier les bananiers, les fei et les cocotiers
ARA'AU MUA	Pêche difficile - Présence de 'ihi - Filet vers la plage