





CAPE TOWN

AUGUST 2010

Day	Times of												Moon Phase
	Sunrise	Sunset	High Water				Low Water				Moonrise	Moonset	
			time	height	time	height	time	height	time	height			
1	0739	1806	0628	1.36	1852	1.45	0029	0.50	1225	0.54	----	1031	
2	0738	1807	0710	1.28	1936	1.37	0111	0.57	1306	0.63	0009	1102	
3	0737	1807	0806	1.21	2040	1.29	0204	0.63	1404	0.72	0108	1138	
4	0736	1808	0933	1.16	2210	1.27	0319	0.67	1541	0.77	0209	1220	
5	0735	1809	1115	1.20	2338	1.32	0454	0.65	1728	0.72	0310	1310	
6	0735	1810	1230	1.32	----	----	0613	0.56	1841	0.60	0411	1408	
7	0734	1810	0046	1.43	1324	1.46	0711	0.43	1935	0.46	0508	1514	
8	0733	1811	0141	1.56	1411	1.62	0758	0.29	2022	0.31	0600	1625	
9	0732	1812	0229	1.68	1454	1.77	0841	0.18	2106	0.19	0646	1738	
10	0731	1812	0314	1.77	1536	1.88	0922	0.10	2150	0.12	0727	1852	
11	0730	1813	0357	1.81	1617	1.94	1002	0.07	2233	0.10	0804	2004	
12	0729	1814	0439	1.79	1658	1.93	1042	0.09	2317	0.14	0838	2115	
13	0728	1814	0522	1.72	1740	1.86	1123	0.17	----	----	0913	2224	
14	0727	1815	0605	1.61	1823	1.73	0002	0.23	1205	0.30	0948	2333	
15	0726	1816	0651	1.47	1910	1.56	0048	0.35	1251	0.45	1026	----	
16	0725	1816	0746	1.33	2007	1.38	0141	0.50	1348	0.61	1107	0040	
17	0724	1817	0903	1.21	2132	1.25	0250	0.62	1515	0.73	1153	0145	
18	0723	1818	1051	1.19	2318	1.22	0429	0.69	1712	0.75	1244	0245	
19	0722	1818	1220	1.26	----	----	0605	0.66	1836	0.68	1338	0339	
20	0720	1819	0038	1.27	1315	1.36	0706	0.57	1927	0.58	1435	0428	
21	0719	1820	0128	1.36	1355	1.46	0746	0.49	2003	0.50	1533	0510	
22	0718	1821	0205	1.44	1427	1.55	0818	0.41	2033	0.43	1630	0546	
23	0717	1821	0237	1.51	1456	1.62	0845	0.35	2101	0.37	1727	0618	
24	0716	1822	0305	1.56	1523	1.67	0910	0.31	2127	0.33	1822	0647	
25	0715	1823	0332	1.59	1550	1.70	0934	0.29	2154	0.31	1916	0715	
26	0713	1823	0359	1.60	1616	1.71	0959	0.29	2221	0.31	2009	0741	
27	0712	1824	0426	1.59	1642	1.69	1024	0.31	2249	0.33	2106	0807	
28	0711	1825	0454	1.56	1709	1.64	1051	0.36	2319	0.37	2202	0835	
29	0709	1826	0523	1.50	1738	1.57	1119	0.42	2350	0.43	2300	0905	
30	0708	1826	0554	1.43	1811	1.48	1150	0.51	----	----	2359	0938	
31	0707	1827	0632	1.34	1852	1.38	0027	0.51	1228	0.61	----	1017	

All times refer to SA Local Time