

## Planning des activités - Born' Sport Santé

Dates	Activités	Informations
Samedi 7 mai	Animations du marché pontenais suivies d'un pique-nique	Réservez votre matinée !!!!
Du 25 au 29 mai 22 Fêtes Locales Saint Paul	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Jeudi 26 mai à 11 h : Initiation Country</li> <li>- Dimanche 29 mai à 10 h 30 : Gym Douce / Pilates</li> </ul>	Inscriptions sur place (salle des fêtes de Saint Paul) : 2€
Du lundi 20 juin au Vendredi 24 juin inclus	Sylvie est en formation « Mémoire ». Toutes les séances qu'elle anime sont donc annulées.	Séances de Hatha Yoga, Marche Nordique et Cross Training en extérieur maintenues
Dimanche 26 juin	Ateliers « Relaxation » animés par Sylvie Agesta, Educatrice Sportive	Inscriptions en ligne : 5€
Du lundi 4 juillet au samedi 30 juillet	Cours d'été du club	Planning transmis Inscriptions : le 7 mai
Du lundi 4 juillet au samedi 30 juillet	Cours avec l'OIT de Mimizan (Pilates - Relaxation et Marche Nordique)	Planning sur le site internet du club <a href="https://www.gympontenx.org/cours-d-ete-office-intercommunal-de">https://www.gympontenx.org/cours-d-ete-office-intercommunal-de</a>

### Séances de découverte

#### **Marche Nordique (le club prête les bâtons)**

Lundi 9 mai de 9 h à 10 h / Vendredi 13 mai de 9 h à 10 h 30 / Samedi 14 mai de 9 h à 10 h 30

#### **Cross Training Séniors Actifs**

Jeudi 12 mai à 16 h 15 dans la salle des sports de Pontenx les Forges

#### **Hatha Yoga**

Mercredi 18 mai à 17 h 45 et à 19 h dans la salle des fêtes de Saint Paul en Born

#### **Pilates**

Mercredi 1<sup>er</sup> juin à 16 h 30 dans la salle des Fêtes de Saint Paul en Born

#### **Gym Douce**

Mercredi 8 juin à 16 h 30 dans la salle des fêtes de Saint Paul en Born