



## Planning - SPORT LANDES SANTE - Saison 2021/2022

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Samedi
<b><u>MARCHE NORDIQUE</u></b>	<b><u>PILATES*</u></b>	<b><u>SPORT ADAPTE</u></b>	<b><u>MARCHE NORDIQUE</u></b>	<b><u>RUNNING SANTE</u></b>
<b>18h30 – 20h00</b>	<b>18h00 – 18h50</b>	<b>10h00 – 11h00</b>	<b>14h30 – 16h00</b>	<b>9h15 – 10h15</b>
Parking du Centre de loisirs de Ménasse	<i>prévoir tapis de gym</i>	Parking du Centre de loisirs de Ménasse	Lieux de rendez-vous variés selon planning mensuel Sylvain : 06 17 15 80 78	<b>SAINT PIERRE DU MONT / BENQUET</b> <b>1 semaine sur 2</b>
<b>SAINT PIERRE DU MONT</b>	<b><u>RENFORCEMENT MUSCULAIRE*</u></b>	<b>SAINT PIERRE DU MONT</b>	<b>BENQUET – CAMPAGNE – MAZEROLLES – BOUGUE</b> ...	les 1er, 3e et 5e samedis du mois : Parking du Centre de loisirs de Ménasse
	<b>18h55 – 19h45</b>			les 2e et 4e samedis du mois : Benquet : Rdv Eglise
	<i>prévoir tapis de gym</i>			
	Salle des fêtes		<b><u>MARCHE NORDIQUE</u></b>	<b><u>NORDIC' YOGA®</u></b>
	<b>ARTASSENX</b>		<b>18h – 19h30</b>	<b>10h30 – 12h00</b>
	<b>*PASS SANITAIRE OBLIGATOIRE</b>		Parking la salle des fêtes	même site que le running
		<b>BASCONS</b>		