

Planning Général de Mars et Avril

Reprise le 4 mars, vacances de printemps zone A du 15 au 28 avril et férié le lundi 1 avril

MARS	AVRIL
AQUAGYM (piscine de Gujan) lundi 11h à 12h, mardi 16h à 17h, mercredi 11h à 12h et 14h à 15h, vendredi 9h à 10h. (piscine de La Teste) lundi 16h à 17h	
Lundi Gujan : 4, 11, 18, 25 Lundi La Teste : 4, 11, 18, 25 Mardi Gujan: 5, 12, 19, 26 Mercredi matin Gujan : 6, 13, 20, 27 Mercredi après midi Gujan : 6, 13, 20, 27 Vendredi Gujan: 8, 15, 22, 29	Lundi Gujan : 8, 29 Lundi La Teste : 8 ; 29 Mardi Gujan: 2, 9, 30 Mercredi matin Gujan : 3, 10, Mercredi après midi Gujan : 3, 10 Vendredi Gujan : 5, 12
BADMINTON (Gymnase Lycée de la Mer) samedi de 17h30 à 19h. Nouveaux : contacter le 07.87.84.85.29	
Samedi : 9, 16, 23, 30	Samedi : 6
BOWLING (base de loisirs de Gujan) mardi et vendredi de 18h à 20h	
Mardi : 5, 12, 19, 26 Vendredi : 8, 15, 22, 29	Mardi : 2, 9, 30 Vendredi : 5, 12
ACTIVITES DANSEES (salle Henri Gailhard) Mardi de 13h à 15h et de 15h à 17h, vendredi de 13h à 15h, 15h à 16h, 16h à 18h	
Mardi : 5, 12, 19, 26 Vendredi : 8, 15, 22, 29	Mardi : 2, 9 Vendredi : 5, 12
GOLF (Golf de Gujan) : jeudi 11h/12h30 débutants et confirmés. Vendredi 9h30/11h confirmés et compétition. Lundi et jeudi à partir de 13h30 parcours 9 et 18 trous	
Lundi: 4, 11, 18, 25 Jeudi: 7, 14, 21 28 Vendredi : 8, 15, 22, 29	Lundi : 8, 29 Jeudi : 04, 11 Vendredi : 5, 12,
MARCHE NORDIQUE lundi matin. Parcours diffusé W-E précédent (pour tenir compte météo)	
Lundi : 4, 11, 18, 25	Lundi : 8, 29
PETANQUE (terrain de boules place Gailhard-Meyran)	
Tous les lundi, mercredi et vendredi de 14h à 16h30, hors vacances scolaires et jours fériés	
PILATES jeudi 13h30 14h30 et 14h45 15h45 La Teste maison associations	
Jeudi : 7, 14, 21 28	Jeudi : 04, 11
SELF DEFENSE (Pierre de Coubertin - La Teste) mardi de 9h à 11h30	
Mardi : 5, 12, 19, 26	Mardi : 2, 9, 30
SOPHROLOGIE (club house Chante Cigale) mardi de 10h30 à 11h30	
Mardi : 12 (à confirmer) , 19, 26	Mardi : 2, 9, 30
TAÏ CHI (maison des associations salle Polyvalente-La Teste) mardi 14h15 à 15h30	
Mardi : 5, 12, 19, 26	Mardi : 2, 9, 30
TENNIS DE LOISIR (Tennis Club de Gujan) lundi 14h à 15h et PADEL Tennis lundi 15h 16h	
Lundi : 4, 11, 18, 25	Lundi : 8, 29
TENNIS DE TABLE (salle Vieux marché -La Hume) lundi 9h à 12 h, mercredi 9h à 12h, Jeudi de 9h à 12h vendredi 9h à 11h	
Lundi : 4, 11, 18, 25 Mercredi : 6, 13, 20, 27 Jeudi : 7, 14, 21, 28 Vendredi : 8, 15, 22, 29	Lundi : 8, 15, 22, 29 Mercredi : 3, 10, 17, 24, Jeudi : 4, 11, 18, 25 Vendredi : 5, 12, 19, 26
TIR A L'ARC (Villemarie - La Teste) lundi de 14h à 15h30, vendredi à 10h00 à 11h30	
Lundi : 4, 11, 18, 25 Vendredi : 8, 15, 22, 29	Lundi : 8, 29 Vendredi : 5, 12
YOGA (Maugis - La Teste) lundi 1^{ère} séance 14h15, 2^{ème} séance 15h30 et mardi La Teste maison assos 15h45	
Lundi : 4, 11, 18, 25 Mardi : 5, 12, 19, 26	Lundi : 8, 29 Mardi : 2, 9, 30
Gymnastique et rando : voir plannings spécifiques	

Pour faciliter les secours en cas d'accident munissez-vous de votre licence et de votre carte vitale