

## Planning Général de Mai Juin Juillet

*Fériés mai - mercredi 1, 8 et jeudi 9 lundi 20- fête club 19 juin et grandes vacances le 6 juillet*

MAI	JUIN et 1 semaine de JUILLET
<b>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</b>	
Lundi Gujan : 6, 13, 27 Lundi La Teste : 6, 13, 27 Mardi Gujan: 7; 14, 21, 28 Mercredi matin Gujan : 15, 22, 29 Mercredi après midi Gujan : 15, 22, 29 Vendredi Gujan: 3, 10, 17, 24, 31	Lundi Gujan : 3, 10, 17, 24, Lundi La Teste : 3, 10,17, Mardi Gujan: 4, 11, 18, 25 Mercredi matin Gujan : 5, 12, 19, 26, Mercredi après midi Gujan : 5, 12, 19, 26 Vendredi Gujan : 7, 14, 21, 28
<b>BADMINTON (Gymnase Lycée de la Mer) samedi de 17h30 à 19h. Nouveaux : contacter le 07.87.84.85.29</b>	
Samedi : 4, 25,	Samedi : 1, 8, 15, 22, 29
<b>BOWLING (base de loisirs de Gujan) mardi et vendredi de 18h à 20h</b>	
Mardi : 7, 14, 21, 28 Vendredi : 3, 10, 17, 24, 31	Mardi : 4, 11, 18, 25 et 2 juillet vendredi : 7, 14, 21, 28 et 5 juillet
<b>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</b>	
Mardi : 14, 21, 28 Vendredi : 17, 24, 31	Mardi : 4, 11, 18 vendredi : 7, 14, 21
<b>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</b>	
Lundi: 6, 13, 27 Jeudi: 2, 16, 23, 30 Vendredi : 3, 10, 17, 24, 31	Lundi : 3, 10, 17, Jeudi : 6, 13, 20, 27 Vendredi : 7, 14, 21, 28
<b>MARCHE NORDIQUE lundi matin. Parcours diffusé W-E précédent (pour tenir compte météo)</b>	
Lundi : 6, 13, 27	Lundi : 3, 10, 17, 24, et 1 juillet
<b>PETANQUE (terrain de boules place Gailhard-Meyran)</b>	
Tous les lundi, mercredi et vendredi de 14h à 16h30, hors vacances scolaires et jours fériés	
<b>PILATES jeudi 13h30 14h30 et 14h45 15h45 La Teste maison associations</b>	
Jeudi : 2, 16, 23, 30	Jeudi : 6, 13, 20, 27
<b>SELF DEFENSE (Pierre de Coubertin - La Teste) mardi de 9h à 11h30</b>	
Mardi : 7, 14, 21, 28	Mardi : 4, 11, 18, 25
<b>SOPHROLOGIE (club house Chante Cigale) mardi de 10h30 à 11h30</b>	
Mardi : 7, 14, 21	Mardi : 4, 11, 18, 25 et 2 juillet
<b>TAÏ CHI (maison des associations salle Polyvalente-La Teste) mardi 14h15 à 15h30</b>	
Mardi : 7, 14, 21, 28	Mardi : 4, 11, 18, 25
<b>TENNIS DE LOISIR (Tennis Club de Gujan) lundi 14h à 15h et PADEL Tennis lundi 15h 16h</b>	
Lundi : 6, 13, 27	Lundi : 3, 10, 17, 24, et 1 juillet
<b>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</b>	
Lundi : 6, 13, 20, 27 Mercredi : 1, 8, 15, 22, 29 Jeudi : 2, 9, 16, 23, 30 Vendredi : 3, 10, 17, 24, 31	Lundi : 3, 10, 17, 24, et 1 juillet Mercredi : 5, 12, 19, 26, et 3 juillet Jeudi : 6, 13, 20, 27 et 4 juillet Vendredi : 7, 14, 21, 28 et 5 juillet
<b>TIR A L'ARC (Villemarie - La Teste) lundi de 14h à 15h30, vendredi à 10h00 à 11h30</b>	
Lundi : 6, 13, 27 Vendredi : 3, 10, 17, 24, 31	Lundi : 3, 10, 17, 24, et 1 juillet Vendredi : 7, 14, 21, 28 et 5 juillet
<b>YOGA (Maugis - La Teste) lundi 1<sup>ère</sup> séance 14h15, 2<sup>ème</sup> séance 15h30 et mardi La Teste maison assos 15h45</b>	
Lundi : 6, 13, 27 Mardi : 7, 14, 21, 28	Lundi : 3, 10, 17, 24, Mardi : 4, 11, 18, 25
<b>Gymnastique et rando : voir plannings spécifiques</b>	

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