



# Vital'été

## Planning Adulte

|                   |                 |                           |                              |
|-------------------|-----------------|---------------------------|------------------------------|
| <b>11 juillet</b> | Aquagym         | 10h45-11h30               | Piscine                      |
|                   | Yoga            | 10h45-11h45 / 18h30-19h30 | Complexe Désiré Garrain      |
| <b>12 juillet</b> | Remise en forme | 9h-10h                    | Complexe Victor Hugo         |
|                   | Taïchi          | 19h-20h                   | Complexe Paul Fort - Dojo    |
| <b>13 juillet</b> | Aqua training   | 19h45-20h30               | Piscine                      |
|                   | Remise en forme | 18h30-19h30               | Complexe Désiré Garrain      |
| <b>15 juillet</b> | Marche nordique | 8h30-11h30                | Départ mairie Poey-de-Lescar |
|                   | Aquagym         | 10h45-11h30               | Piscine                      |
|                   | Aqua training   | 19h45-20h30               | Piscine                      |
| <b>18 juillet</b> | Yoga            | 10h45-11h45 / 18h30-19h30 | Complexe Désiré Garrain      |
|                   | Aquagym         | 10h45-11h30               | Piscine                      |
| <b>19 juillet</b> | Remise en forme | 9h-10h                    | Complexe Victor Hugo         |
|                   | Taïchi          | 19h-20h                   | Complexe Paul Fort - Dojo    |
| <b>20 juillet</b> | Remise en forme | 18h30-19h30               | Complexe Désiré Garrain      |
| <b>21 juillet</b> | Remise en forme | 9h-10h                    | Complexe Victor Hugo         |
|                   | Yoga            | 10h45-11h45               | Complexe Désiré Garrain      |
|                   | Aqua training   | 19h45-20h30               | Piscine                      |
| <b>22 juillet</b> | Marche nordique | 8h30-11h30                | Départ plaine du Liana       |
|                   | Aquagym         | 10h45-11h30               | Piscine                      |
| <b>25 juillet</b> | Aquagym         | 10h45-11h30               | Piscine                      |
|                   | Yoga            | 10h45-11h45 / 18h30-19h30 | Complexe Désiré Garrain      |
| <b>26 juillet</b> | Remise en forme | 9h-10h                    | Complexe Victor Hugo         |
|                   | Taïchi          | 19h-20h                   | Complexe Paul Fort - Dojo    |
| <b>27 juillet</b> | Remise en forme | 18h30-19h30               | Complexe Désiré Garrain      |
| <b>28 juillet</b> | Remise en forme | 9h-10h                    | Complexe Victor Hugo         |
|                   | Yoga            | 10h45-11h45               | Complexe Désiré Garrain      |
|                   | Aqua training   | 19h45-20h30               | Piscine                      |
| <b>29 juillet</b> | Marche nordique | 8h30-11h30                | Départ plaine du Liana       |
|                   | Aquagym         | 10h45-11h30               | Piscine                      |



# Vital'été

## Planning Adulte

|                            |                 |                           |                           |
|----------------------------|-----------------|---------------------------|---------------------------|
| <b>1<sup>er</sup> août</b> | Aquagym         | 10h45-11h30               | Piscine                   |
|                            | Yoga            | 10h45-11h45 / 18h30-19h30 | Complexe Désiré Garrain   |
| <b>2 août</b>              | Remise en forme | 9h-10h                    | Complexe Victor Hugo      |
|                            | Taïchi          | 19h-20h                   | Complexe Paul Fort-Dojo   |
| <b>3 août</b>              | Remise en forme | 18h30-19h30               | Complexe Désiré Garrain   |
| <b>4 août</b>              | Remise en forme | 9h-10h                    | Complexe Victor Hugo      |
|                            | Yoga            | 10h45-11h45               | Complexe Désiré Garrain   |
|                            | Aqua training   | 19h45-20h30               | Piscine                   |
| <b>5 août</b>              | Aquagym         | 10h45-11h30               | Piscine                   |
|                            | Marche nordique | 8h30-11h30                | Départ Désiré Garrain     |
| <b>8 août</b>              | Yoga            | 10h45-11h45 / 18h30-19h30 | Complexe Désiré Garrain   |
|                            | Aquagym         | 10h45-11h30               | Piscine                   |
| <b>9 août</b>              | Remise en forme | 9h-10h                    | Complexe Victor Hugo      |
|                            | Taïchi          | 19h-20h                   | Complexe Paul Fort - Dojo |
| <b>10 août</b>             | Remise en forme | 18h30-19h30               | Complexe Désiré Garrain   |
| <b>11 août</b>             | Remise en forme | 9h-10h                    | Complexe Victor Hugo      |
|                            | Yoga            | 10h45-11h45               | Complexe Désiré Garrain   |
|                            | Aqua training   | 19h45-20h30               | Piscine                   |
| <b>12 août</b>             | Marche nordique | 8h30-11h30                | Départ Désiré Garrain     |
|                            | Aquagym         | 10h45-11h30               | Piscine                   |
| <b>16 août</b>             | Remise en forme | 9h-10h                    | Complexe Victor Hugo      |
|                            | Taïchi          | 19h-20h                   | Complexe Paul Fort-Dojo   |
| <b>17 août</b>             | Remise en forme | 18h30-19h30               | Complexe Désiré Garrain   |
| <b>18 août</b>             | Remise en forme | 9h-10h                    | Complexe Victor Hugo      |
|                            | Yoga            | 10h45-11h45               | Complexe Désiré Garrain   |
|                            | Aqua training   | 19h45-20h30               | Piscine                   |
| <b>19 août</b>             | Marche nordique | 8h30-11h30                | Départ Désiré Garrain     |
|                            | Aquagym         | 10h45-11h30               | Piscine                   |
| <b>22 août</b>             | Yoga            | 10h45-11h45 / 18h30-19h30 | Complexe Désiré Garrain   |
|                            | Aquagym         | 10h45-11h30               | Piscine                   |
| <b>23 août</b>             | Remise en forme | 9h-10h                    | Complexe Victor Hugo      |
|                            | Taïchi          | 19h-20h                   | Complexe Paul Fort-Dojo   |
| <b>24 août</b>             | Remise en forme | 18h30-19h30               | Complexe Désiré Garrain   |
| <b>25 août</b>             | Remise en forme | 9h-10h                    | Complexe Victor Hugo      |
|                            | Yoga            | 10h45-11h45               | Complexe Désiré Garrain   |
|                            | Aqua training   | 19h45-20h30               | Piscine                   |
| <b>26 août</b>             | Marche nordique | 8h30-11h30                | Départ Laroïn             |
|                            | Aquagym         | 10h45-11h30               | Piscine                   |