



SAISON SPORTIVE 2021 /2022

À partir du 06/09

BADMINTON

Arthez de béarn, les lundis

Collégiens : 17h30/19h

Adultes : 19h/21h

Hagetaubin, les mardis

Enfant dès 8 ans : 17h30/19h



GYM BIEN VIEILLIR

Préserver son autonomie en travaillant la force musculaire, ses capacités cardio vasculaire et l'habileté motrice. Le tout dans la bonne humeur en adaptant les exercices à chacun

Mesplède, les mercredis : 9h/10h

Arthez, les vendredis : 9h/10h



ACTIVITÉS ENFANTS DU MERCREDI

Arthez de Béarn, dojo et salle de danse

CRAZY MOVE: 15h/16h

Multi- activités pour les 3/5 ans

BABY MOT' : 16h15/17h15

Gym- éveil enfants/ parents à partir de 10 mois.

Pratique ludique qui vise à développer la motricité, l'éveil des sens de l'enfant, tout en renforçant le lien avec un parent.

ZUMBA ADOS : 16h45/17h30 **NOUVEAU**

COURS ADULTES

PILATES

Arthez, les mardis : 19h30/20h30

Les mercredis :

Cours cardio, renforcement musculaire, circuit training, stretching...

Hagetaubin : 19h/20h

Cescau : 18h45/19h45

Arthez, salle de danse

ZUMBA : 17h45/18h45

BODY ZEN : 19h/20h **NOUVEAU**

SKATEBORD

En partenariat avec la Brigade à Roulette Primaire :

Hagetmau Skatepark: les mercredis matins du 11.11 au 15.12 (départ d'Arthez en mini-bus)

Collégiens/lycéens :

Arthez : les mercredis après-midi du 11.05 au 22.06 (pratique sur modules adaptés)

STAGES SPORTIFS pendant les vacances

Avec hébergements

SURF à Hendaye

SKI/ SNOW à Gourette

Sans hébergements

SKATEBORD à Arthez de béarn



SKI ALPIN

En partenariat avec l'ESF de la station de Gourette. Les mercredis de janvier à mars, à partir de 8 ans.

06.88.31.14.93/ 06.62.27.50.95

ou contact@epkp64.fr



www.epkp64.fr



epkp64