

du **10 juillet** au **18 août** 2023



Ateliers sportifs tout l'été !

Maison Sport Santé

8 av. Pierre de Coubertin
TARBES

05 62 31 40 58

sport.sante@mairie-tarbes.fr

+ d'infos sur
tarbes.fr



Retrouvez-nous
sur notre page :
Maison sport santé Tarbes





Les séances sport-santé de l'été

Gratuites et réservées aux tarbais

- 1** Je télécharge le questionnaire de santé qui déterminera si je dois fournir un certificat médical ou pas sur : <https://www.tarbes.fr/mes-loisirs/le-sport/mouv-en-ete/> Il est aussi possible de le récupérer à la Maison Sport-Santé . Je peux aussi scanner le QR Code ci dessous.
- 2** Je retourne par mail ou bien lors de la première séance mon questionnaire rempli ou bien le certificat médical si nécessaire.
- 3** Je m'inscris pour les séances de mon choix auprès de la Maison Sport-Santé sur place de 9h à 12h et de 14h à 17h ou au **05 62 31 40 58** ou sport.sante@mairie-tarbes.fr



date	heures	activité
Lundi 10 juillet Lundi 17 juillet Lundi 24 juillet Lundi 07 août Mercredi 16 août	9h-10h30	Marche nordique
	10h30-11h15	Stretching
Mardi 11 juillet Mardi 18 juillet Mardi 25 juillet Mardi 8 août Jeudi 17 août	09H - 10H30	Jeux collectifs/cardio
	10H30 - 11H15	Gym douce
Jeudi 13 juillet Jeudi 20 juillet Jeudi 27 juillet Jeudi 10 août Vendredi 18 août	09H - 10H30	Circuit training
	10H30 - 11H15	Stretching