

PROGRAMME ANIMATIONS LJA

Du 1er avril au 5 juillet*
et du 01 au 15 Septembre

SAMEDI

09:45-12:45	Ouverture club enfants
10:00	Yoga
11:30	Tir à l'arc
17:00	Football et sports co
17:00	Pétanque
18:00	Zumba
19:30	Apéro Time
20:30	Ciné enfants
22:00	La dernière séance...

DIMANCHE

09:45-12:45	Ouverture club enfants
10:00	Yoga
11:30	Renforcement musculaire
11:30	Tir à l'arc
12:30	Aquagym
16:00-17:30	Ouverture du chalet info
17:00	Pétanque
18:00	Yoga

LUNDI

09:45-12:45	Ouverture club enfants
10:00	Yoga
11:30	Zumba
11:30	Tir à l'arc
12:15	Pilates
17:00	Pétanque
20:30	Tournoi de billard et de baby foot

MARDI

9:45-12:45	Ouverture du club enfant **
10:30	Renforcement musculaire
11:30	Aquagym
17:00	Pétanque
21:30	Tournoi de pétanque

MERCREDI

09:45-12:45	Ouverture club enfants
10:00	Yoga
10:30	Renforcement musculaire
11:30	Aquagym
11:30	Tir à l'arc
16:00-17:30	Ouverture du chalet info
17:00	Pétanque
17:30	Tir à l'arc
18:00	Taichi à l'espace Yoga
21:00	Cinéma

JEUDI

09:45-12:45	Ouverture club enfants**
10:00	Yoga
11:30	Pilates
11:30	Tir à l'arc
17:00	Pétanque
18:00	Yoga
19:00	Apéro musical

VENDREDI

09:45-12:45	Ouverture club enfants
10:00	Yoga
11:30	Renforcement musculaire
11:30	Tir à l'arc
12:15	Stretching
16:00-17:30	Ouverture du chalet info
17:00	Tournoi de pétanque
18:00	Sophrologie
19:30	Apéro time,jeux

* Programme sous réserve de modification

** Uniquement durant les vacances scolaires de printemps



PROGRAMME ANIMATIONS LJA

du 6 juillet au 24 août*

SAMEDI

- 18:00 Zumba
- 20:00 Apéro concert LJA

DIMANCHE

- 09:15 Cardio L.I.A
- 09:30 Footing parcours santé(rv chalet info)
- 10:00 Renforcement musculaire
- 10:00-10:30 Tennis- découverte enfants 4-6 ans
- 10:00-11:00 Découverte paddle et tennis
- 10:30-11:00 Tennis- découverte enfants 7-13 ans
- 10:45 Stretching
- 11:50 Aquagym
- 11:30-13:00 Club ados ouverture et mise en place du programme
- 12:30 Aquatonic/aqua zumba
- 15:00 Initiation au golf gratuite
- 16:30 Artisanat
- 16:30 Châteaux de sable ou jeux de plage
- 17:00 Tournoi de pétanque
- 18:00 Zumba
- 19:00 Forum inscriptions aux activités
- 19:30 Simultanée d'échecs avec Eric
- 19:30 Apéro musical
- 21:30 Soirée dansante LJA à thème

LUNDI

- 09:15 Cardio BOKWA
- 09:30 Footing-Parcours santé-rv chalet infos
- 09:30-13:00 Tir à l'arc
- 09:45-12:45 Ouverture club enfants
- 10:00 Renforcement musculaire
- 10:00 Yoga
- 10:30 Initiation aux échecs
- 10:45 Stretching
- 11:00 Yoga
- 11:00-13h00 Ouverture club ados
- 11:50 Aquagym
- 12:30 Aquatonic/aqua zumba
- 16:00-19h00 Ouverture club enfants et club ados
- 16:30 Artisanat
- 17:00 Pétanque
- 18:00 Yoga
- 18:00 Tennis-tournoi enfants (13 ans maxi)
- 18:30 Zumba/SHBAM
- 18:30 Apéro musical et jeux
- 20:00 Début tournoi billard: 1/4, 1/2 et finale
- 21:00 Tournoi d'échecs
- 21:00 Soirée organisée par l'équipe du bar
- 21:15 Paddle-tennis-tournoi sportif nocturne
- 21:30 Tournoi sportif au City
- 21:45 La dernière séance...cinéma plein air



Sans oublier les surprises de l'été préparées par notre équipe d'animation

* Programme sous réserve de modification (climat ou autres...)



MARDI

09:15	Cardio Boxe
09:30	Footing-rv chalet infos
09:45-12:45	Ouverture club enfants
09:30-13:00	Tir à l'arc
10:00	Pilates
10:00	Yoga
10:30	Initiation aux échecs
10:45	Stretching
11:00	Yoga
11:00-13h00	Ouverture club ados
11:50	Aquagym
12:30	Aquatonic/aqua zumba
15:00	Beach vollley
16:00-19h00	Ouverture club enfants et club ados
16:30	Artisanat
17:00	Pétanque
17:30	Tournoi sportif au city
18:00	Tennis-tournoi adultes
18:00	Sophrologie...on the beach
18:30	Zumba/SH BAM
19:15	Apéro time
20:30	La nuit du cinéma (film enfants)
21:30	Soirée dansant LJA
22:15	La nuit du cinéma (ados)

JEUDI

09:00	Sortie vélos -rv au chalet infos
09:15	Cardio Hit
09:45-12:45	Ouverture club enfants
09:30-13:00	Tir à l'arc
10:00	Renforcement musculaire
10:00	Yoga
10:30	Initiation aux échecs
10:45	Stretching
11:00	Yoga
11:00-13h00	Ouverture club ados
11:50	Aquagym
12:30	Aquatonic/aqua zumba
16:00-19h00	Ouverture club ados et club enfants
16:30	Artisanat
17:00	Pétanque
17:30	Tournoi sportif au city
18:00	Sophrologie...on the beach
18:00	Tennis-tournoi adultes
18:30	Zumba/SH BAM
19:00	Tournoi d'échecs (Blitz)
19:30	Apéro concert organisé par l'équipe du bar
20h30	Boum du Mini Club au boomerang
21:00	Tournoi paddle double famille
21:00 et +	Concert organisé par l'équipe du bar

MERCREDI

09:15	Cardio Zumba
09:30	Footing-rv chalet infos
09:45-12:45	Ouverture club enfants
09:30-13:00	Tir a l'arc
10:00	Renforcement musculaire
10:00	Taichi à l'espace Yoga
10:30	*Départ sortie ados (8 places-aqualand ou bordeaux ou arcachon, pyla...)
10:30	Initiation aux échecs
10:45	Stretching
11:00-13h00	Ouverture club ados
11:30	Taichi à l'espace Yoga
11:50	Aquagym
12:30	Aquatonic/aqua zumba
16:00-19h00	Ouverture club enfants et club ados
16:30	Artisanat
17:00	Pétanque
17:30	Tournoi sportif au city
18:00	Yoga
18:30	Pilates
18:30	Apéro musical
19:15	Karaoké "jeunes"
19:30	Repas fruits de mer-réservation au club house du golf
21:30	Karaoké "adultes" et mercredi tout est permis

 VENDREDI

09:15	Cardio circuit training
09:30	Footing-rv chalet infos
09:30-13:00	Tir a l'arc
09:45-12:45	Ouverture club enfants
10:00	Renforcement musculaire
10:00	Yoga
10:30	Initiation aux échecs
10:45	Stretching
11:00-13h00	Ouverture club ados
11:00	Yoga
11:00	Biathlon
11:50	Aquagym
12:30	Aquatonic/aqua zumba
15:00	Beach volley
16:00-19h00	Ouverture club enfants et club ados
16:30	Artisanat
17:00	Pétanque
18:00	Yoga
18:00	Le record du bassin ou olympic games
18:30	Zumba/SH BAM
19:30	Remise des médailles des tournois de la semaine
21:30	Spectacle BY LA JENNY ANIMATION