



du 5 juillet au 27 août*

SAMEDI

16:00-19:00	Ouverture chalet infos
18:00-19:00	Relaxation et gainage on the beach! (rv 17h50 au chalet MNS de la plage)
19:00-20:00	Apéro concert LJA
21:30	Concert lounge* LJA

DIMANCHE

09:30	Footing parcours santé-rv chalet infos
09h50-10:35	Renforcement musculaire
10:00-13:00	Ouverture chalet infos
10:30-11:00	Tennis- découverte enfants 4-6 ans
10:30-11:30	Découverte padel et tennis
11:00-11:30	Tennis- découverte enfants 7-13 ans
10:45-11:30	Stretching
11:40-12:25	Aquagym*
11:30-13:00	Club ados ouverture et mise en place du programme*
12:30-13:15	Aquatonic/aqua zumba*
15:00	Initiation au golf gratuite
16:30-19:00	Artisanat
16:30	Châteaux de sable
16:30	Jeux de plage (beach, Molky)
17:00	Tournoi de pétanque
18:00-19:00	Zumba/SH BAM
19:00	Forum inscriptions aux activités
19:30	Echecs...La simultanée
19:30-20:30	Ouverture chalet infos
21:30	Soirée dansante LJA*

LUNDI

9:30-13:00	Ouverture chalet infos
09:30	Footing-rv chalet infos
09:30-13:00	Tir à l'arc
09:45-12:45	Ouverture club enfants*
09h50-10:35	Renforcement musculaire
09:50-10:50	Yoga
10:30-12:30	Cours d'échecs
10:45-11:30	Stretching
11:00-12:00	Yoga
11:00-13:00	Ouverture club ados*
11:40-12:25	Aquagym*
12:30-13:15	Aquatonic/Aqua boxe*
16:00-19:00	Ouverture club enfants et club ados*
16:30-19:00	Artisanat
16:30	Ultimate on the beach
17:00	Pétanque
18:00	Yoga
18:00	Tennis-tournoi enfants (13 ans maxi)
18:30	Body zen/pilates on the beach(rv 18h10 chalet infos ou 18h25 chalet MNS de la plage)
20:00	Début tournoi billard: 1/4, 1/2 et finale*
21:00	Tournoi Ping-Pong*
21:15	Padel-tennis-tournoi sportif nocturne
21:00-23:00	Escape Game (inscriptions chalet infos)*
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 plan COVID)

* Program subject to change (Climat reason or COVID plan)

Echecs à partir du 11/07

Suivez l'actualité sur Twitter : @lja_jenny_2021



MARDI

09:30	Footing-rv chalet infos
09:45-12:45	Ouverture club enfants*
09:30-13:00	Tir à l'arc
09:50-10:35	Renforcement musculaire
09:50-10:50	Yoga
10:30-12:30	Cours d'échecs
10:45-11:30	Stretching
11:00-12:00	Yoga
11:00-13:00	Ouverture club ados*
11:40-12:25	Aquagym*
12:30-13:15	Aquatonic/aqua zumba *
15:00	Beach volley*
16:00-19:00	Ouverture club enfants et club ados*
16:30-19:00	Artisanat
16:30-19:15	Ouverture chalet infos
17:00	Pétanque
17:30	Tournoi sportif au city
18:00	Tennis-tournoi adultes
18:00	Feldenkrais à l'espace Yoga
18:00	Badminton
18:30	Zumba/SH BAM
19:00	Gatka à l'espace tir à l'arc*
19:15	Apéro time
20:30	La nuit du cinéma (film enfants)
21:30	Soirée dansante LJA...à thème*

MERCREDI

09:00-9:45	Cardio Hit/Boxe
09:30	Footing-Parcours santé-rv chalet infos
09:45-12:45	Ouverture club enfants*
09:30-13:00	Tir à l'arc
09:50-10:35	Renforcement musculaire
09:50-10:50	Feldenkrais à l'espace Yoga
10:30-12:30	Cours d'échecs
10:30-12:00	Badminton
10:45-11:30	Stretching
11:00-13:00	Ouverture club ados*
16:00-19:00	Ouverture club enfants et club ados*
16:30-19:00	Artisanat
16:30-19:15	Ouverture chalet infos
17:00	Pétanque
17:30	Tournoi sportif au city*
18:00	Yoga
18:30	Pilates on the beach(rv 18h10 chalet infos ou 18h25 chalet MNS de la plage)
18:30	Apéro musical
19:15	Karaoké "jeunes"*
19:30	Repas fruits de mer-réservation au club house du golf
21:30	Karaoké "adultes",*mercredi tout est permis*

JEUDI

09:00	Sortie vélos -Inscriptions et RV au chalet infos
09:00	Marche Nordique(8 à 12km)-rv chalet infos
09:45-12:45	Ouverture club enfants*
09:30-13:00	Tir à l'arc
09:50-10:35	Pilates
09:50-10:50	Yoga
10:30-12:30	Cours d'échecs
10:45-11:30	Stretching
11:00-12:00	Yoga
11:00-13:00	Ouverture club ados*
11:40-12:25	Aquagym *
12:10-12:40	Yoga kids au club enfants
12:30-13:15	Aquatonic/aqua zumba*
16:00-19:00	Ouverture club enfants et club ados*
16:30-19:00	Artisanat
16:30	Ultimate
16:30-19:15	Ouverture chalet infos
17:00	Pétanque
17:30	Tournoi sportif au city*
18:00	Sophrologie...à l'espace zen
19:00	Gatka à l'espace tir à l'arc*
19:00	Tournoi d'échecs (Blitz)
21:00-23:00	Escape Game (inscriptions chalet infos)*
21:00 et +	Cinéma plein air ou surprise musicale...

VENDREDI

09:00-9:45	Cardio circuit training
09:30	Footing-rv chalet infos
09:30-13:00	Tir à l'arc-Tournoi des archers
09:45-12:45	Ouverture club enfants*
09:50-10:35	Renforcement musculaire
09:50-10:50	Yoga
10:00-13:00	Ouverture chalet info
10:30-12:30	Cours d'échecs
10:45-11:30	Stretching
11:00-13:00	Ouverture club ados*
11:00-12:00	Yoga
11:00	Biathlon-rv chalet infos
11:40-12:25	Aquagym*
12:30-13:15	Aquatonic/circuit training*
15:00	Beach volley*
16:00-19:00	Ouverture club enfants et club ados*
16:30	Artisanat
17:00	Pétanque/Jeux piscine
18:00	Yoga
18:00	Le record du bassin ou olympic games*
19:30	Remise des médailles des tournois de la semaine*
21:30	Spectacle BY LA JENNY ANIMATION*