

Détails des activités loisirs

URKIROLAK SAINT JEAN DE LUZ- ASCAIN

Parents/Enfants 1/3ans mixte	Apprendre à connaître et à maîtriser son corps, bouger, développer ses habiletés motrices, cognitives et sociales au travers de jeux, de parcours moteurs et d'ateliers ludiques.	Mercredi de 10h à 10h45
ÉVEIL GYM 2/5ans mixte		Mercredi de 9h15 à 10h Samedi de 10h à 10h45
Loisirs GAF 5/8 ans filles	Apprendre à maîtriser les bases techniques et des premières acrobaties, sur les agrès de la gymnastique artistique. (sol, saut, barres, poutre, trampoline).	Mercredi de 13h30 à 15h Samedi de 11h à 12h15
Loisirs GAF 9/11 ans filles	Apprendre et Approfondir les bases techniques et les acrobaties, sur les agrès de la gymnastique artistique. (sol, saut, barres, poutre, trampoline).	Vendredi de 17h à 18h30 Samedi de 13h30 à 15h
Loisirs GAM 5/8 ans garçons	Apprendre à maîtriser les bases techniques et des premières acrobaties, sur les agrès de la gymnastique artistique. (sol, arçons, anneaux, saut, barres parallèles, barre fixe, trampoline).	Samedi de 11h à 12h15
Loisirs GAM 9/11 ans garçons	Apprendre et Approfondir les bases techniques et les acrobaties, sur les agrès de la gymnastique artistique. (sol, arçons, anneaux, saut, barres parallèles, barre fixe, trampoline).	Samedi de 13h30 à 15h
Dream Gym 12 ans et + mixte	Accessible à tous niveaux, débutants comme confirmés. Objectifs: acrobaties, renforcement musculaire, assouplissement, Création de projet, gym aux agrès (sol, saut, barres asymétriques, fixe, parallèles, poutre, arçons, anneaux, trampoline)	Mercredi de 17h à 18h30 Vendredi de 18h30 à 20h
Gym aux agrès Adultes mixte	Accessible à tous niveaux, débutants comme confirmés. Objectifs: prendre du plaisir, renforcement musculaire, assouplissement, acrobaties, gym aux agrès (sol, saut, barres asymétriques, fixe, parallèles, poutre, arçons, anneaux, trampoline)	Mardi de 19h30 à 21h
Parkour 8 - 10 ans mixte	Apprentissages des bases techniques et sécuritaires des arts du déplacement et des premières acrobaties.	Jeudi de 18h30 à 19h30
Parkour + 10 ans et + mixte	Apprentissages et approfondissement des bases techniques et sécuritaires des arts du déplacement et des diverses acrobaties. Découverte des différentes pratiques liées aux arts du déplacement (Free run, Parkour, Tricking, Poursuite, Training, etc.)	Mercredi de 18h30 à 20h30