

du 7 juillet au 29 août 2025



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/>. Je peux aussi le récupérer à la Maison Sport-santé ou scanner le QR Code ci-contre >>
- 2 Je le retourne par mail ou l'emmène à la Maison Sport-Santé avec 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** (4 séances max par semaine)

| | LUNDI 7 et 21 juillet 4, 11, 18 et 25 août | MARDI 8, 15, 22 et 29 juillet 5, 12, 19 et 26 août | MERCREDI 9, 16, 23 et 30 juillet 6, 13, 20 et 27 août | JEUDI 10, 17, 24 et 31 juillet 7, 14, 21 et 28 août | VENDREDI 11, 18 et 25 juillet 1, 8, 22 et 29 août |
|-------|--|--|---|---|--|
| 09:30 | Marche Nordique 9h30 > 10h30 | Athlé Santé 9h30 > 10h30 | Motricité Santé 9h30 > 10h30 | Jeux collectifs 9h30 > 11h Maison Sport-Santé | Cardio Plein Air 9h30 > 10h30 |
| 10:00 | Maison Sport-Santé | Maison Sport-Santé | Maison Sport-Santé | | Maison Sport-Santé |
| 10:30 | | | | | |
| 11:00 | Renfo musculaire 10h45 > 11h30 Maison Sport-Santé | | Stretching 10h45 > 11h30 Maison Sport-Santé | | Gym du dos 10h45 > 11h30 Maison Sport-Santé |