

SITE OFFICIEL DE LA  
VILLE DE LESCAR

# Loisirs et temps libres

# Le service des sports propose des activités accessibles à tous

- › Marche nordique : le lundi 1 fois/ semaine de 8h30 à 12h. Groupe composé de 15 à 20 personnes. Sorties sur Lescar et son canton. Transports en co-voiturage. Les bâtons sont prêtés pour une durée de 1 mois.
- › Remise en forme au Complexe Sportif Désiré-Garrain : Pilates, yoga, sport bien être ...
- › Natation au stade municipal : cours donnés à la piscine municipale en juillet et août, dès 6 ans
- › Pelote basque (en trinquet et mur à gauche) en pratique libre au Complexe Sportif Paul-Fort ou au Complexe Sportif Désiré-Garrain.
- › Squash en pratique libre au Complexe Sportif Paul-Fort.

## Planning sport temps libre

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
<b>Gym du dos et étirements</b>			20h15 - 21h15		
<b>Marche nordique</b>	8h45 - 12h				
<b>Pilates</b>	10h30 - 11h30	19h30 - 20h30		9h - 10h / 19h30 - 20h30	
<b>Remise en forme</b>	9h30 - 10h30 / 19h30 - 20h30	18h30 - 19h30		18h30 - 19h30	
<b>École d'athlétisme (6-11 ans)</b>			17h - 18h30		
<b>Yoga</b>	15h - 16h		18h - 19h / 19h - 20h		17h30 - 18h30

## Le Centre social l'Escale propose quant à lui des activités de loisirs

Peinture sur bois/verre/métal, couture, mosaïque, jeux de société, aquarelle, dessin, gym sportive, gym dynamique, gym douce, cuisine du monde, cuisine technique des pâtisseries, les sorties culturelles.



**Hôtel  
de  
ville**

Allée du  
Bois  
d'Ariste  
64230  
Lescar  
05 59 81  
57 00

**HORAIRES**

:  
Lundi au  
Vendredi  
de 8h30 à  
12h et de  
13h30 à  
17h