

Les Inuits



PLANNING MARCHÉ AQUATIQUE SEPTEMBRE / OCTOBRE / NOVEMBRE 2026

JOUR	HEURE	SEANCE / NIVEAU	LIEU
Lundi 7 Septembre	10h 11h	MABalade Adhérents Découverte/Débutants	Mimizan Arènes Mimizan Arènes
Mercredi 9 Septembre	18h30	MAMix tout niveau	Mimizan Arènes
Vendredi 11 Septembre	12h	MAMix tout niveau	Contis Phare
Samedi 12 Septembre	10h 11h	Découverte/ Débutants MASport Adhérents	Lespecier Lespecier
Dimanche 13 Septembre	10h30	MABalade	Contis Phare
Lundi 14 Septembre	10h 11h	MABalade Adhérents Découverte/Débutants	Remember Remember
Mardi 15 Septembre	18h	Nage avec palmes	Contis Courlis
Mercredi 16 Septembre	18h 19h	MAPagaie tout niveau Nage avec Palmes (45min)	Mimizan Arènes Mimizan Arènes
Vendredi 18 Septembre	12h	MAMix tout niveau	Contis Phare
Samedi 19 Septembre	10h 11h	Découverte/ Débutants MAMix Adhérents	Mimizan Arènes Mimizan Arènes
Lundi 21 Septembre	10h 11h	MABalade Adhérents Découverte / Débutants	Mimizan Arènes Mimizan Arènes
Mercredi 23 Septembre	18h30	MAMix Tout niveau	Mimizan Arènes
Vendredi 25 Septembre	12h	MAMix Tout niveau	Contis Phare
Samedi 26 Septembre	10h-11h45	Moyenne Marche 3 kms	De la Sud à la Nord
Dimanche 27 Septembre	10h-12h30	Grande Marche 5,5 kms	Du Cap de l'Homy à Contis
Lundi 28 Septembre	10h 11h	MABalade Adhérents Découverte/ Débutants	Lespecier Lespecier
Mardi 29 Septembre	18h	Nage avec Palmes	Contis Courlis
Mercredi 30 Septembre	18h 19h	MAPagaie Tout niveau Nage avec palmes (45min)	Mimizan Arènes Mimizan Arènes
Vendredi 2 Octobre	12h	MAMix Tout niveau	Contis Courlis

Samedi 3 Octobre	10h 11h	Découverte/Débutants MASport Adhérents	Mimizan Arènes Mimizan Arènes
Lundi 5 Octobre	10h 11h	MABalade Adhérents Découverte/Débutants	Mimizan Arènes Mimizan Arènes
Mercredi 7 Octobre	18h30	MAMix Tout niveau	Remember
Vendredi 9 Octobre	12h	MAMix Tout niveau	Contis Courlis
Samedi 10 Octobre	10h 11h	Découverte/Débutants MASport Adhérents	Lespecier Lespecier
Dimanche 11 Octobre	10h30	MABalade Tout Niveau	Contis Courlis
Lundi 12 Octobre	10h 11h	MABalade Adhérents Découverte/Débutants	Remember Remember
Mercredi 14 Octobre	18h 19h	MAPagaie Tout niveau Nage avec palmes	Mimizan Arènes Mimizan Arènes
Vendredi 16 Octobre	12h	MAMix Tout niveau	Contis Courlis
Samedi 17 Octobre	10h 11h	Découverte/ Débutants MASport Adhérents	Mimizan Arènes Mimizan Arènes
Lundi 19 Octobre	10h-12h	Secourisme et Sauvetage	Mimizan Arènes
Mercredi 21 Octobre	17h-19h	Secourisme et Sauvetage	Remember
Vendredi 23 Octobre	12h-14h	Secourisme et Sauvetage	Contis Courlis
Samedi 24 et Dimanche 25 OCTOBRE	10h 2j	WE 10 ans multi activités	St Michel d'Euscalus Landes
Activité fermée du 26 Octobre au 1 ^{er} Novembre			
Lundi 2 Novembre	10h	MABalade	Mimizan Arènes
Mercredi 4 Novembre	17h	MAMix	Mimizan Arènes
Vendredi 6 Novembre	12h	MAMix	Contis
Samedi 7 Novembre	10h 11h	Douce/Débutants Sport /Confirmés	Remember Remember
Dimanche 8 Novembre	10h30	MABalade	Contis Courlis
Lundi 9 Novembre	10h	MABalade	Lespecier
Mardi 10 Novembre	17h	MAPagaie/Sport	Contis Courlis
Mercredi 11 Novembre	17h	MAPagaie/Sport	Mimizan Arènes
Vendredi 13 Novembre	12h	MAMix	Contis Courlis
Samedi 14 Novembre	10h 11h	Douce/ Débutants Sport / Confirmés	Mimizan Arènes Mimizan Arènes
Lundi 16 Novembre	10h	MABalade	Mimizan Arènes
Mercredi 18 Novembre	17h	MASport	Remember
Vendredi 20 Novembre	12h	MAMix	Contis Courlis
Samedi 21 Novembre	10h 11h	Douce/ Débutants Sport/ Confirmés	Mimizan Arènes Mimizan Arènes
Dimanche 22 Octobre	10h30	MABalade	Contis Courlis

Lundi 23 Novembre	10h	MABalade	Remember
Mercredi 25 Novembre	17h	MAMix	Mimizan Arènes
Vendredi 27 Novembre	12h	MAMix	Contis Courlis
Samedi 28 Novembre	10h-12h	Water-Polo et Kayak Polo	Mimizan Arènes
Lundi 30 Novembre	10h	MABalade	Mimizan Arènes

Séance 1h dans l'eau ; RDV 10min MAX avant le départ de la séance
Séances maintenues à partir de 5 inscrits
Carte adhérent à présenter en arrivant

- *MAB : MarcheAquaBalade (longe-côte, marche aquatique)*
- *MAM : MarcheAquaMix (longe-côte,renforcement ou cardio, bodysurf, vagues...)*
- *MAS : MarcheAquaSport (MAM en plus intense, relais...)*

Lieux de RDV :

Mimizan Arènes ; rue des pinasses (à côté de la plage du Courant)
Remember ; parking au nord de Mimizan Plage
Lespecier ; parking forêt en bas près de l'aire de jeux
Contis Phare : parking du phare, le premier près de la route
Contis Courlis ; parking rue de la jetée Courlis près du courant