



STAGE BDS BungyPump

Lutter contre la fonte musculaire, stimuler son organisme, tout en douceur sans chocs articulaires, en augmentant ses capacités physiques et cardio-respiratoires. La seule pression exercée sur les bâtons lors d'une séance permet de brûler 77% de calories de plus qu'en marchant et de solliciter près de 90% des muscles du corps sans même y penser.

Professeur : M. Fabien Drougard, *éducateur certifié et formateur BungyPumpFrance.*

Mardi 22 avril de 10h à 12h - Domaine d'Abbadia - Hendaye

Mercredi 23 avril de 9h à 12h - Suhalmendi depuis Ascain

Jeudi 24 avril de 10h à 12h - Saint Jean de Luz-Littoral

Prêts des bâtons dynamiques - stage ouvert à tout bon marcheur à partir de 5 personnes -12 personnes maximum à chaque séance.

Matériel à prévoir = tenue confortable - chaussures de marche - boisson et repas froid.

Montant forfaitaire 3 séances pour les adhérents de l'UTLA 91€ /personne

Montant forfaitaire 1 séance pour les adhérents de l'UTLA 35€ /personne

Montant forfaitaire 3 séances pour les non-adhérents 116€ /personne

Date limite d'inscription : 8 avril 2025

Renseignements auprès de l'UTLA au 05 59 57 00 37

du lundi au vendredi de 9h à 12h / assistante@utlanglet.fr



Merci de compléter et renvoyer le coupon réponse ci-dessous à l'UTLA – Centre Culturel Tivoli – 27 Rue d'Euskadi - 64600 Anglet

✂.....

Je souhaite m'inscrire au stage BDS qui aura lieu les : 22,23 et 24 avril 2025 (entourer le ou les dates souhaitée(s))

Monsieur/ Madame

Adresse :

☎ :

📧 :

Adhérent : oui non

Ci-joint chèque de€ à l'ordre de l'UTLA

Stage BDS
Ne pas jeter sur la voie publique