



**Votre club vous propose**

**29 activités loisirs et compétitions à partir de 3 ans**



**Aquagym**  
**Dances urbaines**  
**Aviron de mer**



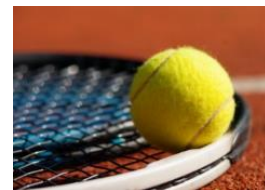
**Boule lyonnaise**  
**Pilates, stretching, fitness**  
**Sport santé J'Mactiv**  
**Stages vacances scolaires**



**Kidisport, Multisport**  
**Foot, Foot féminin, Walking foot,**  
**Danse de salon, Country, Danse en ligne**  
**Longe côte, Marche nordique**  
**Jeu Provençal, Qi Gong, Tai Chi Chuan**



**Tennis de table, Tennis**  
**Relaxation sonore**  
**Tir à l'arc, Zumba**  
**Fitcocktail**



**Yoga**



**Siège social : Stade Jean Berteau – l'Ayguade**

**Tél : 04 94 66 44 45**

**Mail : [asptt-hyeres@wanadoo.fr](mailto:asptt-hyeres@wanadoo.fr)**

**Site web : <https://hyeres.asptt.com>**

**Facebook : Asptt Hyeres**

**Instagram : asptthyeres**



## ASPTT HYERES – Programmes des activités 2025-2026

DISCIPLINES ADULTES	Horaires	lieux
Aquagym	Lundi et mardi de 10h à 11h00, Jeudi de 11h à 12h de 19h à 20h	Piscine municipale
Aviron	Samedi et dimanche de 9h15 à 12h	En face du stade J Berteau
Boule Lyonnaise	Tous les jours à partir de 15h	Stade Jean Berteau
Danses en ligne/Country	Voir flyer	San Salvador
Danses de salon	Voir flyer	San Salvador
Danses urbaines	Vendredi de 18h00 à 19h25	Salle Daviddi
Fit cocktail	Samedi 10h30 à 12h00	Salle Daviddi à L'Ayguade
Fitness	Lundi, mardi, jeudi et vendredi de 8h45 à 9h45 Samedi de 9h15 à 10h15	Salle Daviddi à L'Ayguade
Foot	Horaires selon catégorie	Stade J Berteau
Foot Féminin	Horaires selon catégorie	Stade J Berteau
Walking foot	Lundi de 19h15 à 20h30	Stade J Berteau
Jeu Provençal	Tous les jours dès 14h	Stade J Berteau
Longe côte	Mardi, jeudi et samedi de 9h45 à 11h	
Marche nordique	Mardi 10h à 11h30 Vendredi de 10h15 à 11h45	Salins d'Hyères ou Sumer plage Chemin de Thalassa
Pilates	Lundi et jeudi de 11h15 à 12h15 Mercredi de 18h30 à 19h30 Jeudi 17h15 à 18h15 et vendredi de 17h à 18h Jeudi de 18h50 à 19h50 Lundi 17h30 à 18h30, 18h30 à 19h30, 19h30 à 20h30 Mardi et mercredi de 18h à 19h	Salle Daviddi à L'Ayguade Salle Daviddi L'Ayguade Salle Daviddi L'Ayguade Salle Daviddi à L'Ayguade Salle de la piscine municipale Vélodrome à Costebelle Vélodrome à Costebelle Vélodrome à Costebelle
Qi Gong	Lundi et jeudi voir flyer	Salle Daviddi
Relaxation sonore	2 fois par mois le mercredi 18h à 19h	Salle Saint Louis
Sport santé J'Mactiv	Lundi et jeudi de 15h45 à 16h45	Salle Daviddi à L'Ayguade
Stretching	Lundi, mardi et jeudi de 10h à 11h Mercredi à 17h30 à 18h30 Mardi et vendredi de 19h à 20h	Salle Daviddi à L'Ayguade Salle Daviddi à L'Ayguade Salle de la piscine municipale
Tai Chi Chuan	Lundi et jeudi voir flyer	Salle Daviddi à L'Ayguade
Tennis	Accès terrains avec badge Horaires cours selon niveaux	Stade Jean Berteau
Tennis de table	lundi de 13h45 à 15h45, mardi de 11h15 à 13h00 vendredi de 10h à 12h30	Salle Daviddi à L'Ayguade
Tir à l'arc	Lundi, mercredi, vendredi de 9h à 11h	Stade J Berteau
Yoga	Lundi de 17h15 à 18h25 Vendredi de 14h30 à 15h40	Salle Daviddi à L'Ayguade
ZUMBA	Mercredi et vendredi de 19h30 à 20h30	Salle Daviddi à L'Ayguade

DISCIPLINES ENFANTS	HORAIRES	LIEUX
Kidisport 1 <sup>ère</sup> section de maternelle	Mercredi de 10h à 11h	Salle Daviddi à L'Ayguade
Kidisport 2 <sup>ème</sup> et 3 <sup>ème</sup> sections de maternelle	Mercredi de 11h à 12h	Salle Daviddi à L'Ayguade
Multisport (6/9 ans)	Mercredi de 9h00 à 10h00	Salle Daviddi à L'Ayguade
Tennis école	Horaires cours selon niveaux	Stade J Berteau
Tir à l'arc école	Samedi de 8h à 9h30 perfectionnement 9h30 à 11h débutants De 7 à 10 ans de 10h30 à 12h00	Stade Jean Berteau Sur le pas de tir à l'arc
Stages multisport/ Tir à l'arc	Vacances scolaires	Stade Jean Berteau
Stages tennis / FOOT	Vacances scolaires	Stade Jean Berteau

