

Cap sur la savate avec le club du Nord Bassin

Tout l'été, l'association Savate Nord Bassin propose des animations autour des activités de la savate, pour faire découvrir cette discipline au plus grand nombre.

Dans le cadre de l'opération sportive Cap33, des créneaux d'initiation gratuite seront mis en place plusieurs fois par semaine, jusqu'à fin août, dans les communes d'Andernos, Lanton, Biganos, Audenge et Arès.

Pendant environ une heure, les personnes intéressées pourront pratiquer la savate (boxe française), version sport de combat ou la « savate forme », une version plus fitness, pour travailler son cardio. Les initiations sont dispensées par Herbert Thevenon et Fabienne Besnard, tous deux moniteurs diplômés du club local. Les séances sont accessibles en famille ou en individuel à partir de 15 ans et même à partir de 10 ans pour le Cap33 junior.

Retrouvez le planning complet sur la page Facebook Savate Nord Bassin ou www.savatenordbassin.jimdofree.com.

Inscriptions (pour Biganos) au 06 76 71 58 79.