

Activités Sportives pour adultes



Gym Détente



Mardi de 18h30 à 19h30
ou Mercredi de 9h30 à 10h30.
À la salle des P.B.L.A., 16 rue Masse.
À partir du 17 septembre 2019.

Maintien en forme



Lundi de 16h à 17h
ou Mercredi de 10h45 à 11h45.
À la salle des P.B.L.A., 16 rue Masse.
À partir du 9 septembre 2019.

Yoga

Jeudi de 17h30 à 18h30.
Au gymnase Fouillade, rue Jean Bouin.
À partir du 12 septembre 2019.



Pilates

Vendredi de 9h30 à 10h30
ou de 10h30 à 11h30.
À la salle des P.B.L.A., 16 rue Masse.
À partir du 13 septembre 2019.

Aqua-Gym

Lundi de 10h15 à 11h05
ou de 11h10 à 12h ou de 18h45 à 19h35
ou Vendredi de 11h30 à 12h20
ou de 12h25 à 13h15.
À la piscine Fouillade, rue Jean Bouin.
À partir du 16 septembre 2019.

Sport Santé Senior

Vendredi de 10h45 à 11h45.
À la salle des P.B.L.A., 16 rue Masse.
À partir du 13 septembre 2019.



Gym TAO - Relaxation

Mercredi de 16h à 17h ou de 17h à 18h.
À la salle des P.B.L.A., 16 rue Masse.
À partir du 11 septembre 2019.

Randonnée

Jeudi à 8h20 (à 9h pour 4/5 km).
À la salle des P.B.L.A., 16 rue Masse.
3 parcours : 4/5 km, 6/8 km et 10/12 km.
À partir du 5 septembre 2019.



Activités Jeunes Enfants



« Éveil de l'enfant »

Enfants nés en 2017 : Mercredi de 9h45 à 10h30.
Enfants nés en 2016 : Vendredi de 16h45 à 17h45.
Enfants nés en 2015 : Mardi de 16h45 à 17h45.
Enfants nés en 2014 : Jeudi de 16h45 à 17h45.
À la salle des P.B.L.A., 16 rue Masse.
À partir du 17 septembre 2019.

Pour les adhérents du club, possibilité de venir jouer à la pétanque (loisir) le mardi de 15h à 17h.



Basket

Au gymnase Fouillade, rue Jean Bouin.
À partir du 10 septembre 2019.

Seniors - nés en 1999 et avant

Loisir Mixte : Mercredi de 20h à 21h30

Poussins garçons et filles (U11) - nés en 2009 et 2010

Mercredi de 17h à 18h15 et Jeudi de 19h à 20h

Mini-Poussins garçons et filles (U9) - nés en 2011 et 2012

Mercredi de 15h45 à 17h et Jeudi de 18h à 19h

Baby-Basket garçons et filles (U7) - nés en 2013, 2014 et 2015

Mardi de 18h à 19h pour ceux nés en 2013 et 2014
Vendredi de 18h à 19h pour ceux nés en 2015

Activités Culturelles pour adultes

Cannage

Deux mercredis par mois, de 14h à 17h.
À la salle des P.B.L.A., 16 rue Masse.
À partir du 9 octobre 2019.



Atelier Théâtre (à partir de 16 ans)



Jeudi de 19h à 21h.
À la salle des P.B.L.A., 16 rue Masse.
À partir du 19 septembre 2019.

Aide à l'Informatique

Mardi de 9h à 12h.
Module "Perfectionnement" : du 10/09/2019 au 21/12/2019
Module "Photo/film" : du 28/12/2019 au 16/06/2020
(8 personnes maxi pour chaque module)
À la salle des P.B.L.A., 16 rue Masse.
(contact : jmbpinsard@gmail.com ou 02.38.88.47.50)

