

Les Activités saison 2024/2025 - Adhésion 51 €

Attention aucun cours durant les vacances scolaires pour les activités en salle

Activités	Jour – Horaire	Lieu		
Marche Nordique	Mardi – 9h/11h	Voir Planning		
Pétanque	Vendredi – 14h/17h Mercredi - 14h/17h	Foret de Montgeon Parking Halle aux poissons Quartier St François		
Rando	Mardi et Jeudi	Voir Planning		
Tennis de Table	Lundi – 16h/18h – Mardi – 9h/11h	Salle des Acacias		
SMS section multi activité	Lundi – 14h30/16h00	Salle Alfred de Musset		
Vélo VTC	Vendredi - 9h15	Poste de Bléville		
Activ'mémoire	Vendredi -16h/17h	Salle Atrium		
Danse en ligne	Lundi – 14h/16h	Salle Atrium		
Danse en ligne	Vendredi – 10h/12h	Salle de Gravelle		
Gym Tonique – maintien en forme	Mardi – 9h30/10h30	Salle Deschaseaux		
Gym Tonique – maintien en forme	Mardi - 9h30/10h30	Salle Aplemont		
Gym Tonique – maintien en forme	Jeudi - 9h30/10h30	Salle Deschaseaux		
Gym Tonique – maintien en forme	Vendredi – 9h30/10h30	Salle Aplemont		
Gymnastique Douce	Vendredi - 9h30/10h30	Salle Alfred de Musset		
Pickleball	Vendredi - 16h30/18h	Gymnase Guy Moquet		
Cartonnage - Scrapbooking	Mardi – 14h/16h	Salle Atrium		
Aquagym	Lundi –12h /12h45	Mare-Rouge Grand Bassin	Activité payante	128 €
Aquagym	Lundi –12h /12h45	Mare-Rouge Petit -Bassin	Activité payante	128 €
Aquagym	Mardi – 11h30 /12h15	Champs-BaretsGrandBassin	Activité payante	128 €
Aquagym	Mardi – 11h30 /12h45	Champs-Barets Petit-Bassin	Activité payante	128 €
Natation Libre	Lundi – 12h /12h45	Mare-Rouge Grand Bassin	Activité payante	80 €
Bowling	Vendredi – 15h/17h	6 rue des Hérons Montivilliers	A régler sur place	
Gymnastique Entretien	Jeudi – 9h/10h	Salle Aplemont Justine	Activité payante	82 €
Gymnastique Entretien	Jeudi – 10h/11h	Salle Aplemont Justine	Activité payante	82 €
Sophrologie	Jeudi – 14h/15h	Salle Atrium	Inscription seulement au bureau Activité payante	
Golf	Samedi - 10h/11h	Foret de Montgeon près du caniparc	Activité payante	