

Inscrivez-vous  
dès le 10 août

# ELLE est SPORTS



Des activités sportives  
toute l'année  
pour les Dionysiennes



Informations à la Direction des Sports au 0262 20 39 00


























**L'humain, POUR NOUS C'EST CAPITAL !**



[www.saintdenis.re](http://www.saintdenis.re)

# Programme

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
<b>Circuit training</b>					10h00-11h00
<b>Body Karaté</b>		9h30-11h00		8h30-9h30 10h00-11h00	8h30-10h00
<b>Self Defense</b>	8h30-9h30 16h30-17h30	16h30-17h30		8h30-9h30	
<b>Danse en ligne</b>					13h30-14h30 14h30-15h30
<b>Yoga</b>	8h30-10h00	12h15-13h15	13h00-14h00		12h30-13h30
<b>Aqua-gym</b>	12h15-13h15 12h15-13h15	12h15-13h15 12h15-13h15		12h15-13h15 12h15-13h15	12h15-13h15 12h15-13h15
<b>Nage avec palmes</b>	15h30-17h30				
<b>Tennis</b>		8h30-9h30			9h30-10h30
<b>Beach Tennis</b>				16h00-17h00	
<b>Badminton</b>					11h30-12h30
<b>Golf</b>		8h00-9h30			16h00-17h30

 Montgaillard Salle Polyvalente	 Montgaillard Mairie Annexe	 La Bretagne Salle Polyvalente	 Champ-Fleuri	 Champ-Fleuri Dojo	 Champ-Fleuri Terrain Beach
 Jacques Coeur	 Marcadet	 Bas de La Rivière Gym. Reydellet	 Bas de La Rivière Salle d'escrime	 Salle Manguiers	 Piscine Chaudron
 Moufia Salle Polyvalente	 Moufia Salle Combat Gym.	 Mail du Chaudron	 Bois de Nèfles Salle Polyvalente	 Montagne 8e	 Montagne 15e
 Primat Terrain Synthétique	 Primat Terrain Tennis	 Domenjod Case Domenjod	 Saint-François Salle Polyvalente	 Brulé Salle Polyvalente	 Bellepierre Salle des fêtes
 Piscine de la Source					

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
<b>Fitness Zumba stretching</b>	9h00-10h00	8h00-9h30		8h30-9h30	8h30-9h30
	9h00-10h00	8h30-9h30		9h30-10h30	10h00-11h30
	11h00-12h00	10h00-11h00		9h30-11h00	17h30-19h30
	14h00-15h00	10h00-11h30		16h30-18h30	
		10h15-11h15	17h30-19h30		



Infos : Calendrier / Conditions d'inscription  
sur [www.saintdenis.re](http://www.saintdenis.re)