Seniors en Action 2015

Golf

Initiation & Chant Anglais

Stretching

Tir à l'Arc

Taï-chi

Body K Gym

Gymnastique douce

Initiation Informatique

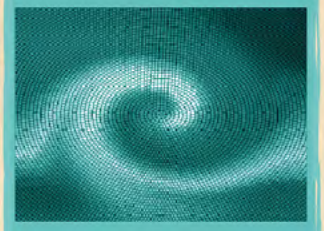
Danse en ligne

Zumba

Découvrez les nouvelles activités de la Ville de Saint - Denis

Renseignements au : 0262 30 80 64

Aquagym



Mosaïque

Marche nordique

Yoga

Initiation Natation

VILLE DE SAINT DENIS

Saint-Denis, Ville Amie des Aînés

Inscriptions à partir du 2 mars 2015
Mairie annexe de La Providence

GOLF
- Colorado, La Montagne

Mardi : 9h30 à 11h00
Mercredi : 8h30 à 10h00
Vendredi : 8h00 à 9h30
9h30 à 11h00

TIR À L'ARC
- Champ Fleuri

Mardi : 15h00 à 16h00
16h00 à 17h00

STRETCHING
- Gymnase Champ Fleuri

Mercredi : 8h00 à 9h00
9h00 à 10h00

- Gymnase Mairie annexe de La Providence

Mercredi : 14h00 à 15h00
15h00 à 16h00

YOGA
- Gymnase Mairie annexe de La Providence

Mercredi : 12h00 à 13h00

- Mail du Chaudron

Jeudi : 9h00 à 10h00

TAI-CHI
- Salle polyvalente de La Bretagne

Vendredi : 8h30 à 10h00

- Mail du Chaudron

Vendredi : 14h30 à 16h00

MARCHE NORDIQUE
- Cœur Vert Familial

Mardi : 9h00 à 10h00
Jeudi : 9h00 à 10h00

+ Une fois par mois
Sortie randonnée

INITIATION INFORMATIQUE
- Cybercase Mairie annexe de La Providence

Lundi : 10h00 à 11h00
Mardi : 10h00 à 11h00
Mercredi : 10h00 à 11h00

MOSAÏQUE
- Mairie annexe de La Providence

Lundi : 8h30 à 10h00
10h00 à 11h30

CHANT ANGLAIS
- Mairie annexe de La Providence

Jeudi : 15h00 à 16h00

INITIATION À L'ANGLAIS
- Mairie annexe de La Providence

Lundi : 9h00 à 10h00
Jeudi : 10h00 à 11h00
14h00 à 15h00

INITIATION NATATION
- Piscine du Chaudron

Samedi : 8h00 à 9h00

- Piscine de La Source

Samedi : 8h00 à 9h00

DANSE EN LIGNE
- Salle Marthe Bidois

Lundi : 9h00 à 10h00
10h00 à 11h00
11h00 à 12h00

- Salle des Fêtes de Bellepierre

Mardi : 8h30 à 9h30

- Mail du Chaudron

Vendredi : 10h30 à 11h30

ZUMBA
- Gymnase Mairie annexe La Providence

Lundi : 11h00 à 12h00

- Salle polyvalente de La Bretagne

Mardi : 11h00 à 12h00

- Salle des Manguiers

Jeudi : 11h15 à 12h15

- Salle pédagogique Champ Fleuri Dojo rég.

Vendredi : 11h00 à 12h00

GYMNASTIQUE
- Gymnase de Champ Fleuri

Mardi : 7h50 à 8h50
8h50 à 9h50

- Gymnase Mairie annexe de La Providence

Jeudi : 12h00 à 13h00
13h00 à 14h00

THÉÂTRE
- Maison de Quartier Vauban

Vendredi : 9h00 à 11h00

BODY K GYM SENIOR
- Mail du Chaudron

Lundi : 10h30 à 11h30

- Gymnase EPS1 Champ Fleuri

Jeudi : 8h00 à 9h00

AQUAGYM
- Piscine du Chaudron

Samedi : 9h00 à 10h00
10h00 à 11h00
11h00 à 12h00

- Piscine de La Source

Samedi : 9h00 à 10h00
10h00 à 11h00
11h00 à 12h00

Seniors en Action

INSCRIPTIONS

Du lundi 2 au mardi 10 mars inclus – Mairie Annexe La Providence

Du lundi au jeudi de 8 h 00 à 12 h 00 – Vendredi de 8 h 00 à 10 h 00

Pièce à fournir : photocopie de la pièce d'identité, attestation de responsabilité civile, certificat médical de moins de 3 mois si activité sportive.

Tarif :

5 € pour 1 activité – 10 € pour 2 activités pour l'année