CHOIX DES ACTIVITES ANNEE 2023 / 2024

Notez vos activités souhaitées par ordre de préférence
(maximum 2 activités en fonction des places disponibles)

NOM :.....Prénom :.....

CHOIX N°1 (activité + créneau) : .....

CHOIX N°2 (activité + créneau) : .....

Matériel non fourni, merci d'apporter votre équipement (tapis de sol....)

ACTIVITES ANNUELLES PAYANTES (du 18/09/2023 au 07/06/2024 - hors vacances scolaires)

AQUAGYM

Piscine de la République

Mardi 16 h 00 à 16 h 45
Jeudi 15 h 45 à 16 h 30

Stade Nautique

Vendredi 11 h 45 à 12 h 30
Vendredi 13 h 00 à 13 h 45
Vendredi 14 h 00 à 14 h 45
Vendredi 15 h 00 à 15 h 45
Vendredi 16 h 00 à 16 h 45

STRETCHING

Lundi 8 h 30 à 9 h 30 Salle de danse Alp'Arena
Mardi 8 h 30 à 9 h 30 Centre social Les Pléiades
Mardi 13 h 30 à 14 h 30 Salle de danse Alp'Arena
Mercredi 11 h 00 à 12 h 00 Gymnase Pasteur
Mercredi 14 h 30 à 15 h 30 Gymnase de Fontreyne

STRETCHING POSTURAL

Mercredi 8 h 30 à 9 h 30 La Luysanne
Jeudi 14 h 00 à 15 h 00 Salle de danse Alp'Arena

GYMNASTIQUE TONIC

Mercredi 8 h 30 à 9 h 30 Gymnase Pasteur

GYMNASTIQUE DOS EN PLEINE CONSCIENCE

Lundi 10 h 00 à 11 h 00 Salle de danse Alp'Arena

GYMNASTIQUE DOUCE

Lundi 11 h 00 à 12 h 00 Salle de danse Alp'Arena
Mercredi 15 h 45 à 16 h 45 Gymnase de Fontreyne

EQUILIBRE

Mercredi 9 h 45 à 10 h 45 Gymnase Pasteur

PILATES (débutant)

Mardi 14 h 30 à 15 h 30 Salle de danse Alp'Arena

PILATES (confirmé)

Mardi 10 h 00 à 11 h 00 La Luysanne

PILATES SWISS BALL - POSTURE ET DOS

Mercredi 9 h 45 à 10 h 45 La Luysanne

MARCHE NORDIQUE (Lieu déterminé par l'animatrice)

Mardi 14 h 15 à 15 h 45 Co-voiturage

ATELIER PEINTURE (Salle polyvalente de Fontreyne)

Jeudi 9 h 00 à 12 h 00
Jeudi 14 h 00 à 17 h 00

ACTIVITES TRIMESTRIELLES PAYANTES (hors vacances scolaires)

RANDONNEES ET PROMENADE (Départ devant l'I.U.T)

Premier trimestre (du 18/09 au 21/12/2023)

Lundi 9 h 00 à 12 h 00 (groupe Colline)
Mardi 9 h 00 à 12 h 00 (groupe Promenade)
Jeudi 8 h 30 à 12 h 30 (groupe Montagne)

RANDONNEES SORTIES D'HIVER (de janvier à mars 2024)

Jeudi de 8 h 30 à 12 h 45

Contacter le guichet unique début décembre pour pré-inscription

Troisième trimestre (avril à mi-juin 2024)

Lundi 9 h 00 à 12 h 00 (groupe Colline)
Mardi 9 h 00 à 12 h 00 (groupe Promenade)
Jeudi 8 h 30 à 12 h 30 (groupe Montagne)

Contacter le guichet unique début mars pour pré-inscription (pas d'inscription auprès des animateurs)

ACTIVITES ANNUELLES GRATUITES (du 18/09/2023 au 07/06/2024 - hors vacances scolaires)

Au bout de 3 absences non justifiées, nous nous réservons le droit d'attribuer votre place à une personne en liste d'attente

ATELIER CHANT

Lundi 15 h 30 à 17 h 00 Campus des Trois Fontaines

ATELIER GOURMAND

Lundi 10 h 00 à 12 h 00 Foyer Pasteur

ATELIER AUTOUR DU JEU

Mardi 15 h 30 à 17 h 00 Foyer Herman

ATELIER LOISIRS CREATIFS

Jeudi 10 h 00 à 12 h 00 Foyer Herman

ATELIER MEMOIRE

Mardi 13 h 30 à 15 h 00 Foyer Herman

ACTIVITE MANUELLE

Mardi 8 h 00 à 12 h 00 Foyer Herman
Vendredi 8 h 00 à 12 h 00 Foyer Herman

ATELIER INFORMATIQUE e-perm@nence (du 18/09/2023 au 07/06/2024 - hors vacances scolaires)

Activité proposée le mercredi de 10h00 à 12h30 et le jeudi de 13H30 à 17H30 (hors vacances scolaires) à la Médiathèque
L'inscription se fait sur place directement (ne compte pas pour un choix)