

CHOIX DES ACTIVITES

ANNEE 2024 / 2025

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 16/09/2024 au 13/06/2025 - 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 13 h 00 à 13 h 45

Vendredi 15 h 00 à 15 h 45

Vendredi 16 h 00 à 16 h 45

AQUA-NAGE

Vendredi 11h45 à 12h30 Stade Nautique

AQUAPHOBIE

Vendredi 14h00 à 14h45 Stade Nautique

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 Pleiades

Mardi 13h30 à 14h30 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 Fontfreyne

STRETCHING POSTURAL

Mercredi 8 h 30 à 9 h 30 Lieu à définir

Jeudi 14 h 00 à 15 h 00 Lieu à définir

DANSE

Mardi 13 h 30 à 14 h 30 Salle de danse Alp'Arena

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

EQUILIBRE

Mercredi 9 h 45 à 10 h 45 Gymnase Pasteur

PILATES (débutant)

Mercredi 08 h 30 à 09 h 30 Gymnase Pasteur

PILATES (confirmé)

Mardi 10 h 00 à 11 h 00 Lieu à définir

PILATES SWISS BALL - POSTURE ET DOS

Mercredi 10h00 à 11h00 Lieu à définir

MARCHE NORDIQUE

Mardi 14 h 15 à 15 h 45 Co-voiturage (lieu déterminé par l'animatrice)

ATELIER PEINTURE

Jeudi 9 h 00 à 12 h 00 salle polyvalente de Fontfreyne

Jeudi 14 h 00 à 17 h 00 salle polyvalente de Fontfreyne

SOPHROLOGIE

Mercredi 15 h 45 à 16 h 45 Lieu à définir

ACTIVITES TRIMESTRIELLES PAYANTES (hors vacances scolaires)

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

Premier trimestre (du 16/09 au 02/12/2024)

Lundi 8h30 à 12 h 00 (groupe Colline)

Mardi 9 h 00 à 12 h 00 (groupe Promenade)

Jeudi 8 h 15 à 12h45 (groupe Montagne)

RANDONNEES SORTIES D'HIVER (de janvier à mars 2025)

Jeudi de 8 h 30 à 12 h 45

Contacter le guichet unique début décembre pour pré-inscription (Pas d'inscription au mois de juillet)

Troisième trimestre (avril à mi-juin 2025)

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 janvier 2025 pour pré-inscription. (Pas d'inscription au mois de juillet)

ACTIVITES ANNUELLES GRATUITES (du 16/09/2024 au 13/06/2025 - 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 LOISIRS CREATIFS

Mardi 15h30 à 17h30 Foyer Herman

ATELIER TERRE A PAPIER

Mardi 09h30 à 12 h 00 Foyer Pasteur

ATELIER CARNET SOUVENIR NUMERIQUE

Mercredi 10h00 à 12h00 Médiathèque

ATELIER JEUX DE SOCIETE

Mardi 13 h 30 à 15 h 30 Foyer Herman

ATELIER THEATRE

Lundi 9h30 à 12h00 Foyer Herman