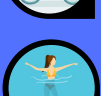


SEPT 2023 - JUIN 2024

Reprendre le sport C'est à la portée de TOUS!

| ACTIVITÉS | HORAIRES | LIEUX |
|---|--|---|
| FITNESS EN MUSIQUE (cours pour les femmes) | LUNDI 10h - 11h30 | Centre socio-culturel du Perray 1 rue Jules Grandjouan TRAM 1- arrêt Pin Sec |
| GYM (entretien physique) | MARDI 14H30 - 15H15 | Maison de quartier Madeleine Champs de Mars RDV 14H (de 14h à 14h30 : accueil café) 22 rue Émile Péhant - Nantes Tram 2 et 3 arrêt Hôtel Dieu. Avec Marlène |
| GYM douce | MARDI 15H30 - 16H15 | |
| GYM (entretien physique) | MERCREDI 10H30 - 11H30 | Salle du DRAC, Bellevue Tram 1 – arrêt Lauriers Avec Marlène |
| MARCHE / FOOTING | JEUDI 10H30 - 11h30 | RDV arrêt de tram Pirmil Tram 2 et 3 A vec Loïc |
| FOOTBALL | JEUDI 18H - 20H | Stade Mangin-Beaulieu RDV 17H45 : TRAM 2 et 3, Arrêt Wattignies Avec Loïc |
| MULTISPORTS (basket, ultimate, badminton, vélo...) | VENDREDI 9H30 - 12h | Espace Agnès Varda, 16 Rue Pierre Landais, Avec Loïc |
| APPRENTISSAGE VÉLO | VENDREDI 14h - 16H | RDV devant l'éléphant, Avec Loïc |
| 6 STAGES PISCINE | Inscription obligatoire auprès de Marlène | A définir |



Loïc : 06 73 40 59 02
Marlène : 06 45 93 81 00
Volontaire : 07 88 17 05 33
Pierre : 06 07 31 07 17

14 €/an

Certificat médical
obligatoire



<https://www.facebook.com/dynamixt/>



<https://club.sportspourtous.org/dynamixt44>