

VENEZ DÉCOUVRIR NOS ACTIVITÉS SPORT-SANTÉ

Une activité physique régulière adaptée : la clé d'une meilleure santé

NOS ACTIVITÉS

- Gym Santé
- Exercices d'Équilibre
- Actif' Sport Santé
- Qi Gong
- Yoga
- Marche Active

1ère séance découverte offerte
Inscription tout au long de l'année



LES +

- Prévention Santé
(diminuer les risques de maladie)
- Proximité
- Accessibilité
- Bien-Etre
- Convivialité
- Accueil personnalisé
- Suivis réguliers
- Cours à effectif réduit
- Encadrés par des éducateurs
sportifs qualifiés Sport-Santé



FÉDÉRATION FRANÇAISE
SPORTS POUR TOUS
MAHNE

PLANNING DES COURS



GYM SANTÉ

Mardi

10h30-11h30

Maison de Quartier La Nacelle
3 rue du Dr Billard - Reims

Mardi

17h-18h ¹

C.S RENE TYS
36 rue Léo Lagrange - Reims

GYM ET ÉQUILIBRE

Lundi

12h-13h

C.S RENE TYS
36 rue Léo Lagrange - Reims

Mardi

9h-10h ²

C.S RENE TYS
36 rue Léo Lagrange - Reims

ACTIF' SPORT SANTÉ

Jeudi

9h-10h

C.S RENE TYS
36 rue Léo Lagrange - Reims

QI GONG

Mercredi

10h-11h

MAISON de la VIE ASSOCIATIVE
Rue Eugène Wiet - Reims

HATHA YOGA

Jeudi

18h30-19h30 ³

MAISON de la VIE ASSOCIATIVE
Rue Eugène Wiet - Reims

Vendredi

11h-12h

C.S RENE TYS
36 rue Léo Lagrange - Reims

MARCHE ACTIVE (pendant les vacances scolaires)

Mardi

10h30-11h30

Parcs de Reims

Jeudi

10h30-11h30

¹ Cours spécifique Programme Prescri-Mouv ² Cours spécifique déficient visuel, auditif et aveugle

³ Cours pouvant accueillir des personnes du Programme Prescri-Mouv

Comité Départemental
Sports pour Tous de la Marne
Tél. : 03 26 07 68 47 cd51@sportspourtous.org
www.cd.sportspourtous.org/marne



CNDS

Reims

