

CALENDRIER DES ACTIVITÉS EN 2023

LUNDI

8h30- 9h30

Activité : gymnastique et basket

Lieu : salle Jean-Jacques Rousseau (*derrière centre commercial AUCHAN*) à Sin Le Noble

MARDI

8h30 - 9h30

Activité : gymnastique et basket

Lieu : salle Jean-Jacques Rousseau (*derrière centre commercial AUCHAN*) à Sin Le Noble

9h00 - 11h00

Activités : Marche en Douaisis

Lieu : voir « calendrier » sur site web « bougerpoursasante.fr »

14h00 - 15h00

Activité : gymnastique

Lieu : salle polyvalente à Courchelettes

MERCREDI

9h30 -11h00

Activité : Marche allure modérée.

Lieu : voir « calendrier » sur site web « bougerpoursasante.fr »

9h30 -11h00

Activité : marche lente.

Lieu : parking du Vivier de Sin Le Noble

14h00 - 15h00

Activité : gymnastique

Lieu : salle Gayant (quai Devigne entrée des eaux à Douai)

15h45 - 16h45

Activité : activités aquatiques (bonnet obligatoire)

Lieu : piscine Tournesol de Sin Le Noble (entrée payante)

JEUDI

9h00 - 11h00

Activité : marche en Douaisis

Lieu : voir « calendrier » sur site web « bougerpoursasante.fr »

10h00 - 11h30

Activité : marche nordique.

Lieu : voir « calendrier » sur site web « bougerpoursasante.fr »

9h30 - 11h00

Activité : marche lente.

Lieu : parking du Vivier de Sin Le Noble

15h30 - 16h30

Activité : piscine nage libre (piscine 1 heure réservée aux seniors)

Lieu : piscine Tournesol de Sin Le Noble

CALENDRIER DES ACTIVITÉS EN 2023

VENDREDI

8h00 - 9h00

Activité : basket

Lieu : salle Jean-Jacques Rousseau (*derrière centre commercial AUCHAN*) de Sin Le Noble

9h00 - 10h00

Activité : gymnastique

Lieu : salle polyvalente à Courchelettes

SAMEDI

9h00 - 10h00

Activité : gymnastique

Lieu : salle Gayant (quai Devigne entrée des eaux à Douai)