

ACTIVITES EXTERIEURES (tarifs spécifiques)

| | LUNDI | MARDI | MERCREDI | JEUDI | VENDREDI | SAMEDI |
|---|-------------------------------------|-----------------------------------|----------|-------|--|---------------|
| AGGLO ORLEANAISE | | | | | | |
| Voir lieux en début de mois sur le site (cours d'1h30) | 9h15 marche nordique tout niveau | 10h45 marche nordique tout niveau | | | 15h30 marche nordique tout niveau | |
| CENTRE VILLE | | | | | | |
| Ile Charlemagne 1er samedi du mois | | | | | | 9h30 FREE FIT |
| Pont de l'Europe les autres samedis | | | | | | 9h30 FREE FIT |
| Quai de Prague (RdV coté piste cyclable du pont Georges V)) | 12h45 Marche nordique et gym bâtons | | | | | |
| Parc Pasteur (RdV coté Kiosque) | | | | | 14h00 Marche Afghane et gymnastique respiratoire | |

SPORTS SANTE BIEN ETRE (Tarifs spécifiques)

Quartier Madeleine - Maison des Arts Martiaux - 28 allée Pierre Chevalier

| | |
|----------|--|
| VENDREDI | 9h30 - 10h30 Gym séniors - Bien vieillir |
| VENDREDI | 10h30 - 11h30 QI GONG SANTE |

ACTIVITES ENFANTS (tarif spécifique)

| | LUNDI | MARDI | MERCREDI | JEUDI | VENDREDI | SAMEDI |
|-------------------------------------|-------|---------------|----------|-------|----------|--------|
| MADELEINE | | | | | | |
| Centre Aselqo 18 allée P. Chevalier | | 9h15 BABY GYM | | | | |

