



Programme Animations Sportives

Période du 7 janvier au 11 février 2020

**MODULE 1 : Animations sportives pour adultes du mardi 19h00 à 21h00
au gymnase de Saint-Pair-sur-Mer (grande salle).**

Date	Activité sportive proposée
<i>Mardi 7 janvier</i>	<i>Handball</i>
<i>Mardi 14 janvier</i>	<i>Basketball</i>
<i>Mardi 21 janvier</i>	<i>Badminton</i>
<i>Mardi 28 janvier</i>	<i>Détente</i>
<i>Mardi 4 février</i>	<i>Volleyball</i>
<i>Mardi 11 février</i>	<i>Tennis</i>
<i>Vacances d'hiver</i>	

La suite du programme vous sera communiquée ultérieurement.

Possibilité d'emmener son propre matériel (raquettes, tapis de sol, etc.)

Chaussures de tennis propres obligatoires dans la salle de sport.



Programme Animations Sportives

Période du 10 janvier au 14 février 2020

MODULE 2 : Animations sportives pour séniors du vendredi 10h00 à 11h30 au gymnase de Saint-Pair-sur-Mer (salle APEX / grande salle).

<i>Date</i>	<i>Activité sportive proposée</i>
<i>Vendredi 10 janvier</i>	<i>Yoga</i>
<i>Vendredi 17 janvier</i>	<i>Badminton</i>
<i>Vendredi 24 janvier</i>	<i>Gym douce</i>
<i>Vendredi 31 janvier</i>	<i>Yoga</i>
<i>Vendredi 7 février</i>	<i>Badminton</i>
<i>Vendredi 14 février</i>	<i>Gym douce</i>
<i>Vacances d'hiver</i>	

La suite du programme vous sera communiquée ultérieurement.

Possibilité d'emmener son propre matériel (raquettes, tapis de sol, etc.)

Chaussures de tennis propres obligatoires dans la salle de sport.



Programme Animations Sportives

Période du 9 janvier au 13 février 2020

***MODULE 3 : Animations sportives pour adolescents et adultes du jeudi
19h00 à 21h00 au gymnase de Saint-Pair-sur-Mer (grande salle).***

<i>Date</i>	<i>Activité sportive proposée</i>
<i>Jeudi 9 janvier</i>	<i>Handball</i>
<i>Jeudi 16 janvier</i>	<i>Badminton</i>
<i>Jeudi 23 janvier</i>	<i>Futsal</i>
<i>Jeudi 30 janvier</i>	<i>Handball</i>
<i>Jeudi 6 février</i>	<i>Badminton</i>
<i>Jeudi 13 février</i>	<i>Futsal</i>
<i>Vacances d'hiver</i>	

La suite du programme vous sera communiquée ultérieurement.

Possibilité d'emmener son propre matériel (raquettes, tapis de sol, etc.)

Chaussures de tennis propres obligatoires dans la salle de sport.