

**SAMEDI**  
**5 SEPTEMBRE 2026**  
**9H à 13H**



# ESPACE LAGRANGE

## 19 RUE LAGRANGE

### INFORMATIONS/ESSAIS : PÔLE SPORT, BIEN-ÊTRE, MUSIQUE ET DANSES

#### ESPACE COUR INTERIEURE :

- 9H/9H45 : QI GONG DOROTHEE
- 12H/13H : CAPOEIRA (Adultes, Ados , Enfants) CAPUCINE/THOMAS

#### 2ème ETAGE :

- 10H30/11H30 : SOPHROLOGIE MARIE
- 10H/12H : ECOLE DE MUSIQUE (batterie, guitare, piano) JEREMIE, EDDY, PAULINE
- 9H45/10H30 : CHANT, MAO (musique assistée par ordinateur) IULIA

#### 1<sup>ER</sup> ETAGE :

- 9H/10H : FITNESS (relax stretch/Pilates) KARYN
- 10H/11H : FITNESS (cardio pilates/yoga stretch) CHARLOTTE
- 11H/12H : HATHA YOGA INES
- 12H/13H : DANSES LATINES (Salsa, Bachata, ...) YALBERT

#### REZ-DE-CHAUSSEE :

- 9H/9H45 : YOGA DE L'ENERGIE EMMANUELLE
- 9H45/10H30 : YIN YOGA DOROTHEE
- 10H30/11H30 : FITNESS (Cardio/renfo/stretching) LUCAS
- 11H30/12H15 : YOGA CHAISE LAETITIA
- 12H15/13H : DANSE EN LIGNE LAETITIA



# ESPACE CHANTECLER

## 2 IMPASSE SAINTE-ELISABETH

### INFORMATIONS/INSCRIPTIONS : PÔLE CULTURE, SANTE et DANSE

#### FOYER :

- 9H à 10H : SPORT SANTE (gym douce/pilates/abdos de Gasquet) CHRISTEL
- 10H30 à 11H30 : COUTURE (à partir de 8 ans et Adultes) MARIE-HENRIETTE

#### SALLE DE BRIDGE :

- 10H à 11H : THEATRE ENFANTS/ADULTES FREDERIC
- 10H30 à 11H30 : TOUS EN SCENE ENFANTS/ADOS LAETITIA
- 11H30 à 12H30 : ECHECS (Enfants/Ados/Adultes) COSMIN

#### SALLE JAUNE :

- 9H à 10H : ARTS PLASTIQUES ENFANTS ELISE
- 9H à 10H : ATELIERS D'ARTS ADULTES EMMANUELLE
- 10H45 à 11H45 : ATELIERS D'ARTS ADULTES DOROTHEE

#### SECRETARIAT :

- 10H à 12H : INFO/INSCRIPTIONS MODERN JAZZ et CABARET ANNE

#### SALLE D'ANGLAIS :

- 10H à 11H30 : INFO/INSCRIPTIONS DANSE CLASSIQUE ALEXANDRA/MATHILDE/VANESSA



# GYMNASES – DOJO – SALLE DE BOXE

## INFORMATIONS/ESSAIS : PÔLE SPORT

### **GYMNASE GP3 : RUE PIERRE TREBOD (à côté du collège du Grand-Parc)**

- 10H à 11H : GYM ENFANTS (3/12 ans) KARYN
- 10H à 11H : ECOLE et EVEIL MULTISPORTS (3/11 ans) GASPARD
- 11H à 12H : HANDBALL (6/12 ans) GASPARD
- 11H à 12H : TENNIS (5 ans à Adultes) JEREMIE

### **GYMNASE GINKO : 6 COURS DU QUEBEC (à côté Décathlon Le Lac)**

- 9H30 à 12H30 : BADMINTON (6/18 ans+Adultes) SECTION BADMINTON
- 10H à 12H30 : VOLLEY (Ados à partir de 10 ans et Adultes) SECTION VOLLEY
- 10H à 12H : ECOLE MULTISPORTS (6/12 ans) YOHAN

### **SALLE DE BOXE : PREMIER ETAGE DE LA PISCINE DU GRAND-PARC**

- 10H30 à 12H : TRAINING BOXE (13 ans et plus) SLIMANE
- 10H30 à 12H : BOXE FRANCAISE (plus de 8 ans et Adultes) SLIMANE

### **DOJO : 47 RUE PIERRE TREBOD**

- 10H à 12H : JUDO/JUJITSU (à partir de 3 ans et Adultes) AURORE
- 10H à 12H : KARATE (à partir de 6 ans et Adultes) AZIZ/PHILIPPE

