

# Planète Sport Adultes



## Des activités multisports tout au long de l'année

**Planète Sport adultes** propose des activités multisports pour les adultes de plus de 16 ans.

L'activité sportive se déroule sous forme de cycles pédagogiques encadrés par un éducateur sportif diplômé.

### Activités

Au choix :

#### SPORT BIEN-ÊTRE

- › Séance Cardio,
- › Séance Fitness,
- › Séance Renforcement musculaire,
- › Séance Pilate,
- › Séance Cross-gym,
- › Séance Stretching.

#### SPORT CO ET INDIVIDUEL

- › Pratique de sports collectifs (Basketball, Handball, Volley Ball, etc.),
- › Pratique de sports individuels (Badminton, Tennis de table, Pétéka, etc.),
- › Pratique de sports d'oppositions (Boxe, Judo, etc.).

## Infos pratiques

**Lieu :** Gymnase Olympe de Gougès, 4 cours du Rhin

**Horaires pour le créneau Sport bien-être :** le vendredi, de 19h00 à 20h15

**Horaires pour le créneau Sport co et individuel :** le vendredi, de 20h30 à 21h45

**Tarif :** 40 €. Inscription annuelle par créneau. Non remboursable

**Début des inscriptions :** lundi 19 juillet 2021

**Début des activités :** vendredi 10 septembre 2021

**Fin des activités :** vendredi 1er juin 2022

## FICHE D'INSCRIPTION ET RÈGLEMENT INTÉRIEUR



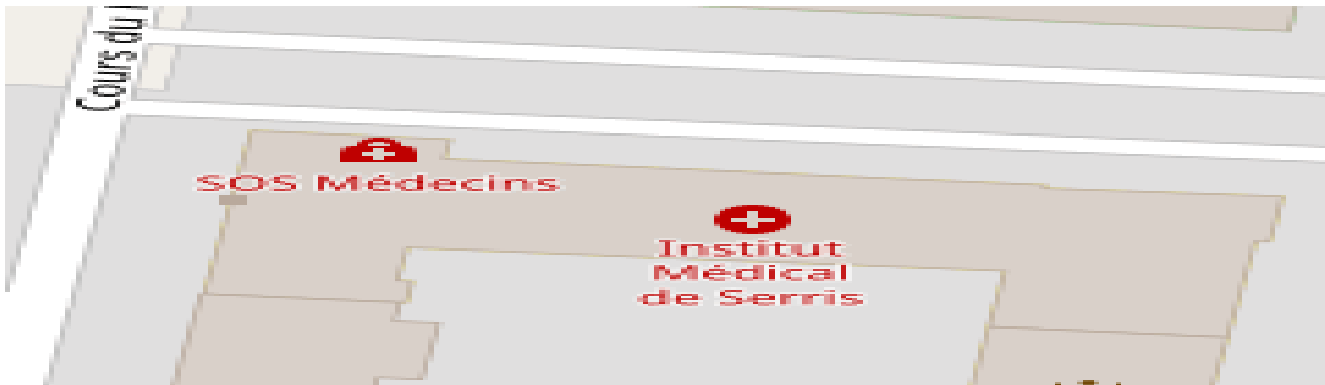
planete\_sport\_adultes.pdf (609 Ko)



reglement\_interieur\_Planete\_Sport.pdf (4 Mo)


## Situer le gymnase Olympe de GOUGES






## GYMNASE OLYMPE DE GOUGES

X

 [01 60 04 09 10](tel:0160040910)

 4 cours du Rhin  
77700 Serris

[EN SAVOIR PLUS](#)

## ALLER PLUS LOIN

- > École Municipale des Sports (E.M.S.)
- > Sport Aînés

