



Mai 2025

Numéro 47

INFOS ACTIVITÉS

du lundi 2 au dimanche 8 juin

Portes Ouvertes

Activités à essayer...

Anglais Let's speak English !

Marielle Davis

Conversation Ados-Adultes
Jeudi 18h00- 19h00 (Intermédiaire)
Jeudi 19h00-20h00 (Débutant)

Cours Professionnel Adultes
Mercredi 18h00-19h15
(Intermédiaire/Avancé)

Coffee Morning
Samedi 10h30-11h45 : 188 € / 200 €

**Salle Les Diaboliques
Centre S.Signoret**

Stretching

Sylvain
Mardi
17h30 – 18h30
Salle des Champs du Bourg

Joanna
Vendredi
14h30 – 15h30
**Salle Casque d'Or Centre
S.Signoret**

Capoeira

Nicolas

Lundi
6/12 ans 18h30 – 19h45
Ados-Adultes 19h45 – 21h15

**Salle La Grange Centre
S.Signoret Eventard**

Réveil Musculaire

Charly
Mardi
9h45 – 10h45
Salle des Champs du Bourg

Gym Posturale

Joanna
Vendredi
15h30 – 16h30 :
Salle Casque d'Or Centre S.Signoret

Yoga Ados-Adultes

Sophie

Lundi
17h15 – 18h30
Salle Casque d'Or Centre S.Signoret
Lundi
19h00 – 20h15
Salle des Champs du Bourg

Mardi
18h00 – 19h15
Salle Casque d'Or Centre S.Signoret

Jeudi
10h00 – 11h15
Salle des Champs du Bourg

Gym Douce

Mickaël
Lundi
11h00 – 12h00
Salle Festive Centre S.Signoret

Charly
Mardi
10h45 – 11h45
Salle des Champs du Bourg

Jeudi
14h30 – 15h30
Salle Festive Centre S.Signoret

Yin Yoga

Sophie
Mardi
13h45 – 15h00

Salle des Champs du Bourg

Marche Propre

Dimanche
10h00 – 11h00
Rendez-vous Parking
de la Grange Eventard

Danse en Ligne Ados-Adultes

Ludivine
Jeudi
20h30 – 21h30
Salle du Champs du Bourg

Relaxation & Sophrologie

Johanna
Lundi
17h45 – 18h45
Salle des Champs du Bourg

Mardi
14h00 – 15h00
**Salle Casque d'Or Centre
S.Signoret**

Pilates

Joanna
Lundi
11h00 – 12h00
**Salle Casque d'Or Centre
S.Signoret**

Mickaël
Vendredi
11h00 – 12h00
**Salle Casque d'Or
Centre S.Signoret**

Fitness Ados-Adultes

Mickaël

Lundi
10h00 – 11h00
Salle Festive Centre S.Signoret

Mardi
20h00 – 21h00
Salle des Champs du Bourg

Jeudi
19h00 – 20h00
Salle des Champs du Bourg

Zumba Danse Adultes Jeunes à partir de 10 ans

Sylvain
Mardi
18h30 – 19h30
Salle des Champs du Bourg

Danse Classique

Cécile
Mercredi
4/6 ans 17h30 – 18h30
(Eveil)

Mercredi
7/12 ans 18h30 –
19h30
(Débutant)

**Salle Casque d'Or
Centre S.Signoret**

Muscu Adultes Jeunes à partir de 16 ans

Sylvain
Vendredi
18h30 – 19h30

**Salle de Musculation
de la Base Nautique
8 rue de l'île Saint Aubin
Ecouflant**

Marche Nordique

Marine
Samedi
9h15 – 10h30

Rendez-vous
Parking Promenade de la Sarthe
(face à la Maison Médico-Sociale)

« Prêt de bâtons si besoin »

Danse Biodynamique

Cécile
Mercredi
Ados-Adultes 19h30 – 20h45
Salle Casque d'Or Centre S.Signoret