

➤ **JUDO CLUB SAULT/MONTBRUN**

Judo

Mardi : 17h30 à 20h30

Jeudi : 17h30 à 20h30

Enfants et Adultes

Contact: M. Remy CHAREYRE 06.19.50.32.22

➤ **Au Plaisir du Ballon**

FOOT

Mercredi : 14h à 17h – au Stade de foot

Samedi: 9h30 à 12h – intérieur selon conditions climatiques

Contact : M. HACHEREL J-P 06 88 96 02 90

➤ **YOGA et EVEIL CORPOREL (Danse)**

DANSE

Le Mercredi

Eveil Corporel (4-6 ans) 14h15 - 15h

Expression Corporelle (7-12ans) 15h15 – 16h30

YOGA

Le Mercredi Adultes 16h45 – 17h45

Le Vendredi : Ados 17h – 18h

Adultes 18h15 - 19h15

Contact : Mme CHARMAN Chantal 06 17 34 46 33

mail : chantal.charman@orange.fr



ACTIVITES

SPORTIVES



2018-2019

COMPLEXE SPORTIF

DU PAYS DE SAULT



ACTIVITES PROPOSEES POUR L'ANNEE

2017-2018

➤ SERVICES JEUNESSE INTERCO

PERISCOLAIRE (6-11 ANS)

Lundis, mardis, jeudis et vendredi 16h30-18h

CLUB ADOS

Les mercredis et samedis à partir de 16h30

Contact CCVS : Adrien THIBAUD – Thomas VALETTI
04.90.64.04.68

(mardi, mercredi et jeudi)

➤ ASSR - MULTISPORTS

ACTIVITES PHYSIQUES – A PARTIR DE 15 ANS

Lundi : 17h à 18h30 A. LIARDET 04 90 64 00 22

BADMINTON - ADULTES

Lundi : 18h à 20h V. PONTET 06 95 05 24 27

Jeudi : 18h à 20h

TENNIS DE TABLE - ADULTES

Mercredi : 19h à 21h B. HENNE 06 85 66 74 29

VOLLEY BALL

Mardi : 18h30 à 20h30 – **Adultes** - V. PONTOIRE 06 29 26 00 79

Vendredi : 18h à 18h30 – **4-7 ans** C. MAGGIORE 06 43 74 42 24

Vendredi : 18h25 à 19h10 – **8-10 ans** C. MAGGIORE 06 43 74 42 24

Vendredi : 19h à 20h – **11-15 ans** C. MAGGIORE 06 43 74 42 24

TAI CHI – A PARTIR DE 15 ANS

Samedi : 8h30-10h

A. PONTOIRE 06 29 26 00 79

➤ ESPACE 84

GYMNASTIQUE

Lundi: 17h-18h et 18h-19h

Jeudi: 17h-18h et 18h-19h

CARDIO / MUSCU / STEP

Mercredi: 18h00 à 19h00

STRETCHING / RENFORCEMENT MUSCULAIRE

Jeudi : 18h à 19h - Stretching

Samedi : 10h30 à 12h – Renforcement muscu

Adultes

Contact : Gym Mme ITIE 06.63.34.03.17 & M. DUPLESSY

Step/Gym tonique : Mme BOUYSSOU 06.61.00.40.44

➤ YOGA

HATHA YOGA

Vendredi : 18h-20h

Contact: Mme CHEF Faustine 06 10 45 38

faustinechef@gmail.com

➤ TENNIS Adultes et enfants

TENNIS

Mercredi: 15h-16h30 Samedi: 10h-13h30 / 13h30-17h

Le Samedi: 16h-18h30 (Période hivernale au

Complexe Sportif)

Contact: www.tennis-parc-saltesien.com

M. Cyril FRANCOIS 06 62 59 13 27