

RENFORCEMENT MUSCULAIRES



FITNESS



HIT/TRAINING/WORKOUT



MARCHE



CAFÉ CRÉATIF



SPORT SUR ORDONNANCE



GYM DOUCE

SAISON 2023 / 2024



LES ateliers SPORTS LOISIRS SANTÉ

seniors / adultes



DIRECTION
ENFANCE JEUNESSE ET SPORTS
04 94 60 31 77
www.ville-draguignan.fr



RENFORCEMENT MUSCULAIRE ★★

📍 SALLE DI GIOVANNI (RDC) - PLACE DU TRAIN DES PIGNES

- 🕒 Lundi : 10h15 à 11h15
- 🕒 Mardi : 10h15 à 11h15
- 🕒 Jeudi : 10h15 à 11h15
- 🕒 Vendredi : 10h15 à 11h15



GYM DOUCE ★

📍 SALLE DI GIOVANNI (RDC) - PLACE DU TRAIN DES PIGNES

- 🕒 Lundi : 9h à 10h
- 🕒 Jeudi : 9h à 10h



FITNESS ★★★

📍 SALLE DI GIOVANNI (RDC) - PLACE DU TRAIN DES PIGNES

- 🕒 Mardi : 9h à 10h
- 🕒 Vendredi : 9h à 10h



MARCHE

📍 RDV RUE VICTOR GÉLU - PARKING SALLE LEROUX

- 🕒 Lundi : 13h45 à 16h30 ★★★
- 🕒 Mardi : 13h30 à 16h30 ★
- 🕒 Mercredi : 15h30 à 16h30 (marche bien-être)
- 🕒 Jeudi : 13h45 à 16h30 ★★



SPORT SUR ORDONNANCE (gratuit)

📍 MAISON SPORT SANTÉ
SALLE DI GIOVANNI (RDC) - PLACE DU TRAIN DES PIGNES

- 🕒 Lundi : 14h à 15h
- 🕒 Mardi : 18h à 19h
- 🕒 Mercredi : 8h30 à 9h30
- 🕒 Mercredi : 14h à 15h



HIT/TRAINING/WORKOUT/RENFORCEMENT ★★★

📍 SALLE DI GIOVANNI (RDC) ET EXTÉRIEUR
PLACE DU TRAIN DES PIGNES

- 🕒 Lundi et jeudi : 17h30 à 18h30



CAFÉ CRÉATIF

(modelage, tricot, bijoux, recyclage créatif, décoration de vos meubles et objets)

- 📍 ÉCOLE DES MARRONNIERS - RUE DES MINIMES
- 🕒 Mardi : 14h à 16h

NIVEAU : ★FACILE ★★INTERMÉDIAIRE ★★★INTERMÉDIAIRE-AVANCÉ

TARIFS PAR ACTIVITÉ

➡ Adultes : 50 €

Gratuité

➤ Seniors à partir de 60 ans

CERTIFICAT MÉDICAL D'APTITUDE AUX SPORTS

📍 à remettre à l'éducateur après inscription
sauf pour ceux/celles inscrit(e)s en 2022/2023
(activités sportives uniquement).

POUR TOUS RENSEIGNEMENTS

📍 **Direction Enfance jeunesse et sports**
04 94 60 31 77
www.ville-draguignan.fr

PRÉ-INSCRIPTIONS

- 🕒 **Le samedi 9 septembre 2023**
de 9h à 17h
à la journée des sports et des associations
- 🕒 **Du lundi 11 au vendredi 15 septembre 2023**
de 8h à 12h et 13h30 à 17h
au Service jeunesse - Centre Joseph Collomp

INSCRIPTIONS

- 🕒 **À partir du 18 Septembre 2023**
du lundi au jeudi de 8h à 17h
➤ sur le portail familles
portail-familles.net/draguignan
ou
➤ au guichet familles

PAIEMENT

➡ Espèces - chèques (vacances) - CB

GUICHET FAMILLES

📍 **Mairie annexe - Centre Joseph Collomp**

DÉBUT DES ACTIVITÉS

🕒 **Lundi 18 septembre 2023**

FIN DES ACTIVITÉS

🕒 **Samedi 9 Juin 2024**