

Gym Form'

Cours tonic, adaptés et variés en musique

Lundi 8h45 - 9h45
Lundi 19h30 - 20h20

Salle polyvalente de
ST ROMAIN EN GAL

Irène : 06 68 32 88 65



Futsal'

Foot en salle

Jeudi 20h - 22h

Gymnase des pompiers
d'ESTRESSIN VIENNE

Arnaud : 06 81 91 00 00

Adultes
et famille

Randonnée

le dimanche matin,
toutes les
2 semaines,
Aux alentours de Vienne

Jeff : 07 69 90 51 78



Free Step

(selon effectifs)

Chorégraphies sur step

Mardi 19h - 19h45

Salle polyvalente de
ST ROMAIN EN GAL

Irène : 06 68 32 88 65

18 ans
et +

Détente bien-être

Retrouver énergie, force,
équilibre et bien-être

Lundi 20h20 - 21h
(Mardi 19h45 - 20h30)

Salle polyvalente de
ST ROMAIN EN GAL

Irène : 06 68 32 88 65

Sportbal'

Volley, basket, foot en
salle, badminton, etc.

Mardi 20h - 22h

Gymnase du collège de
SEYSSUEL

Florian : 06 71 26 97 26



Nature bien-être

Activité en extérieur.
Equilibre, Force, bien-être

Mardi 8h45 - 9h45

Selon météo, Les Barges à ST
CYR ou Salle polyvalente de
ST ROMAIN EN GAL

Irène : 06 68 32 88 65



16 ans
et +

Danse adultes

(sous réserve)

Mercredi 19h - 20h30

Salle polyvalente de
ST ROMAIN EN GAL

Lydie - Myriam :
06 70 08 01 05

« Je fais du sport, je protège ma santé »