

et famille

Gym Form

Cours étonn, 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 VERNE

Arnaud : 06 81 91 00 00

Randonnée

le dimanche matin,
toutes les
2 semaines,

Aux alentours de Vienne
Jeff : 07 69 90 61 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 +

Sportball

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

Mardi 20h - 22h

Gymnase du collège de
SEYSSUEL

Florian : 06 71 26 97 26



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



Nature bien-être

Activité en extérieur,
Equilibre, Force, bien-être

Mardi 8h45 - 9h45

Selon météo, Les Berges à ST
CYR ou Salle polyvalente de
ST ROMAIN EN GAL
Irène : 06 68 32 88 65

Danse adultes

(sous réserve)

Mercredi 19h - 20h30

Salle polyvalente de
ST ROMAIN EN GAL

Lydie - Myriam :
06 70 08 01 05

16 ans
et +

Je fais du sport, je protège ma santé