SPORT SANTE - 2025/2026

- **TARIF A (avec prescription médicale) : 10 € pour 2 activités par semaine par cycle de 3 mois**
- **TARIF B (avec certificat médical) :**
  - **Pour les Gonessiens : 10 € par activité par semaine par cycle de 3 mois**
  - **Pour les hors commune : 20 € par activité par semaine par cycle de 3 mois**
- **PERIODES :**
  - **Du 29/09/2025 au 19/12/2025**
  - **Du 05/01/2026 au 03/04/2026**
  - **Du 06/04/2026 au 26/06/2026**

DIRECTION DES SPORTS

Les inscriptions sont à renouveler à la fin de chaque période

SPORT A DOMICILE

Activité GRATUITE sur rendez-vous, par cycle de 24 séances

RENFORCEMENT MUSCULAIRE

Niveau 1 :	**Lundi de 10h45 à 11h45 – Complexe Sportif Léo Lagrange**
	Vendredi de 10h30 à 11h30 – Complexe Sportif Colette Besson
Niveau 2 :	**Lundi de 9h30 à 10h30 – Complexe Sportif Léo Lagrange**
	Mardi de 9h30 à 10h30 – MDH Marc Sangnier
	Vendredi de 9h30 à 10h30 – Complexe sportif Colette Besson
Niveau 3 :	**Vendredi de 9h00 à 10h00 – Complexe sportif Christine Caron**

MARCHE NORDIQUE

Niveau 1 :	**Lundi de 9h00 à 10h30 – RDV Stade Eugène Cognevaut**
Niveau 2 :	**Mardi de 9h30 à 11h00 – RDV Stade Eugène Cognevaut**
Niveau 3 :	**Jeudi de 9h30 à 11h30 – RDV Stade Eugène Cognevaut**

BADMINTON	**Lundi de 15h00 à 16h00 – Complexe sportif Christine Caron**
KARATE SANTE	**Mardi de 10h30 à 11h30 – Complexe Jesse Owens**
TENNIS DE TABLE	**Vendredi de 10h00 à 11h00 – Complexe sportif Christine Caron**
ESCALADE	**Vendredi de 15h00 à 16h00 – Complexe sportif Jesse Owens**
GOLF	**Vendredi de 10h00 à 11h00 – Golf de Gonesse**
PILATES	**Lundi de 18h00 à 19h00 – Complexe sportif Christine Caron**
	Vendredi de 14h30 à 16h00 – MDH Marc Sangnier

BIATHLON – TIR AU PISTOLET LASER APRES EFFORT PHYSIQUE

Jeudi de 10h00 à 11h00 – Complexe sportif Christine Caron

YOGA SANTE	**Jeudi de 9h00 à 10h30 – Complexe sportif Jesse Owens**