

DES ACTIVITÉS PHYSIQUES ET SPORTIVES **POUR TOUS**

SAISON 2026-2027



Edito

Alors que nous entamons une nouvelle saison avec une nouvelle équipe, il me tient à cœur de vous parler d'un sujet qui nous concerne tous : l'activité physique et ses multiples bienfaits. Dans un monde où la sédentarité prend de plus en plus de place, il est essentiel de promouvoir une reprise d'activité physique, non seulement pour notre santé, mais aussi pour notre bien-être général.

Pratiquer une activité physique régulière est un véritable pilier de la santé. Elle contribue à renforcer notre système immunitaire, à prévenir de nombreuses maladies et à améliorer notre santé mentale.

Dès l'âge de 4 ans, les enfants peuvent commencer à découvrir le plaisir du mouvement à travers des activités physiques adaptées. Encourager nos jeunes à bouger, à jouer et à s'amuser tout en développant leurs compétences motrices est essentiel pour leur épanouissement. Le sport leur enseigne également des valeurs fondamentales telles que la coopération, le respect et la persévérance.

Mais les bienfaits de l'activité physique ne se limitent pas aux plus jeunes. Pratiquer une activité sportive en famille crée des moments de partage et de complicité inestimables.

Notre commune s'engage à offrir des infrastructures et des programmes adaptés à tous les âges et à tous les niveaux. J'invite chacun d'entre vous à explorer les nombreuses activités proposées.

Ensemble, faisons du sport un vecteur de santé, de bien-être et de convivialité. Bouger, c'est vivre mieux. Faisons de notre commune un exemple de vitalité et d'engagement pour une vie active et sereine.

Sportivement,

Mazouni DAHO

Maire adjoint
délégué aux sports



La Maison Sport Santé de Gonesse a pour objectif de promouvoir la santé et le bien-être par le biais d'activités physiques adaptées pour tous les publics (APA). Ces activités sont conçues pour répondre aux besoins spécifiques de différents publics, notamment les personnes atteintes de maladies chroniques, les personnes âgées, ou celles en situation de handicap. Voici un descriptif des activités physiques adaptées que l'on peut y trouver :

1. Évaluation personnalisée

Avant de commencer toute activité, un bilan de santé et de condition physique est réalisé. Cela permet de définir les capacités de chaque individu et d'adapter les programmes en conséquence.

2. Séances de remise en forme

Des cours collectifs ou individuels à domicile sont proposés, incluant des exercices de renforcement musculaire, de cardio, et de flexibilité. Ces séances sont animées par les éducateurs sportifs de la Ville spécialisés en APA.

3. Activités de plein air

Des sorties en plein air, comme la marche nordique ou le Golf sont organisées pour favoriser l'activité en milieu naturel, ce qui contribue également au bien-être mental.

4. Ateliers de relaxation et de bien-être

Des sessions de yoga, de Pilates, de karaté santé, de tennis de table, de Fit body ou encore de Fit Hiit sont proposées pour aider à la gestion du stress et à l'amélioration de la concentration.

5. Programmes de réhabilitation

Pour les personnes en convalescence ou ayant des limitations physiques, des programmes spécifiques de réhabilitation fonctionnelle sont mis en place pour aider à retrouver ou améliorer la mobilité et la force.

6. Suivi et accompagnement

Un suivi régulier est assuré pour évaluer les progrès et ajuster les activités en fonction des besoins évolutifs des participants.

Les activités physiques adaptées dans une Maison Sport Santé sont variées et personnalisées, permettant à chacun de trouver une pratique qui lui convient, tout en favorisant la santé physique et mentale, l'autonomie et la socialisation. Ces programmes sont essentiels pour encourager un mode de vie actif et sain, et pour améliorer la qualité de vie des participants.

DES ACTIVITÉS PHYSIQUES ET SPORTIVES **POUR TOUS**

SAISON 2026-2027

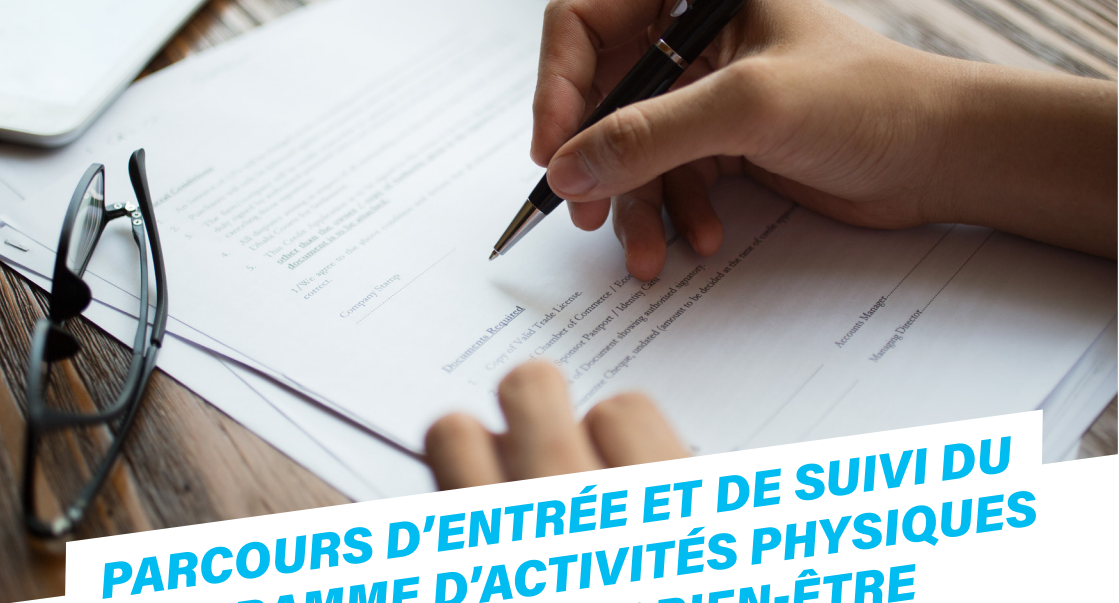
Sommaire

- 02** **Comment s'inscrire**
- 04** **Le guide des activités sport santé**
 - 8 Le renforcement musculaire
 - 10 La marche nordique
 - 12 Autres activités
- 18** **Les activités sportives en soirée**
- 20** **Les activités sportives pour les enfants**
 - 21 Sport en Famille (tout public)
 - 22 Initiation sportive (4-5 ans)
 - 23 Loisirs sportifs (6-10 ans)
- 24** **Les activités sportives du mercredi**
- 26** **Équipements sportifs**

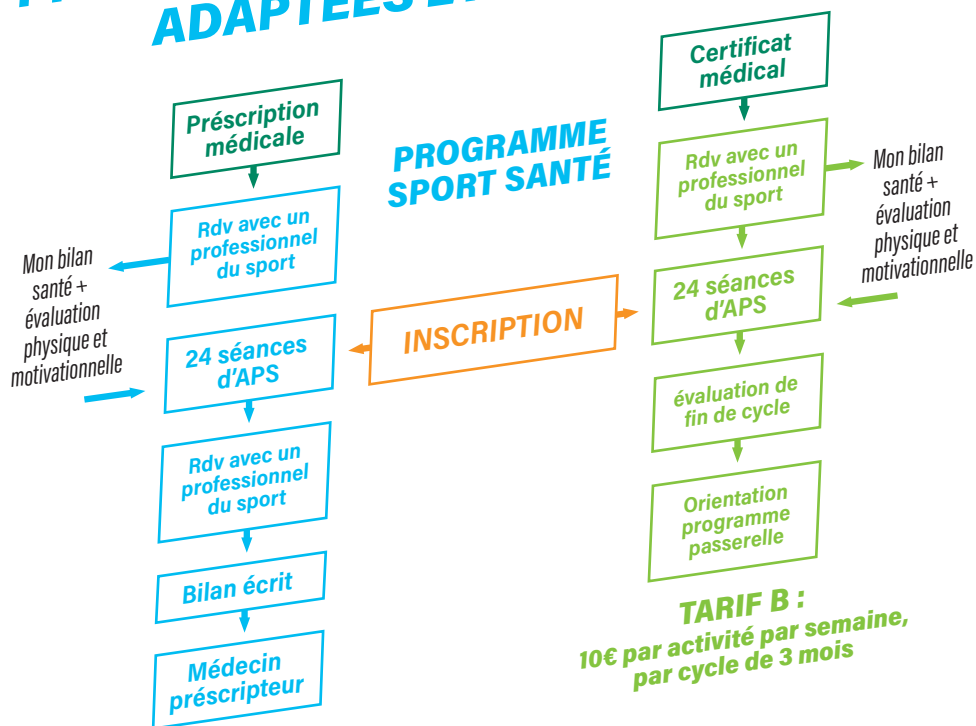
LE GUIDE DES ACTIVITÉS DE LA MAISON **SPORT SANTÉ** SAISON 2026-2027

*Des parcours d'activités
physiques et sportives
adaptés à votre niveau*





PARCOURS D'ENTRÉE ET DE SUIVI DU PROGRAMME D'ACTIVITÉS PHYSIQUES ADAPTÉES ET DE BIEN-ÊTRE



TARIF A :
10€ pour 2 activités par semaine,
par cycle de 3 mois

TARIF B :
10€ par activité par semaine,
par cycle de 3 mois



**REPRENDRE UNE ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE
POUR RETROUVER UNE MEILLEURE SANTÉ AVEC UNE ORDONNANCE
DE VOTRE MÉDECIN TRAITANT « PRESCRI'FORME » OU AVEC
UN CERTIFICAT MÉDICAL DE NON CONTRE-INDICATION À
LA REPRISE D'UNE ACTIVITÉ PHYSIQUE**

Les activités proposées dans le cadre du dispositif sport santé sont conçues comme un parcours **permettant à chacun, et de façon adaptée, une reprise progressive d'une activité physique.**

Elles ont vocation à s'adresser à tous, en présentant un certificat médical de non-contre indication à la pratique d'une activité physique et/ou sportive, ou une prescription médicale dans le cadre du dispositif Prescri'forme.

Les activités physiques sont encadrées par des éducateurs sportifs diplômés, disposant d'une formation complémentaire Sport Santé niveau 1 « Forme et Bien-être ».

L'activité physique adaptée (APA) avec une prescription médicale concerne les personnes :

- Atteintes d'une affection longue durée (ALD) ;
- Malades chroniques (diabète, cardiopathie, cancer...) ;
Présentant des facteurs de risque (hypertension, obésité...) ;
- Ou en perte d'autonomie.

L'activité physique adaptée est reconnue comme une thérapeutique non médicamenteuse pour les patients en ALD ou atteints de pathologie chronique dans le cadre de leur parcours de soins. Les bénéfices de l'APA ont été démontrés pour ces patients en freinant l'évolution de la maladie et limitant ses complications, mais également sur la prévention de la perte d'autonomie, la qualité de vie, la santé mentale, physique et sociale des personnes.



SPORT À DOMICILE



Activité gratuite -
Cycles de 24 séances
sur prescription
médicale

Pour lutter contre la dépendance physique, des interventions à domicile d'éducateurs sportifs peuvent être organisées afin de proposer aux personnes bénéficiaires des exercices physiques adaptés pour leur redonner l'habitude de l'effort.

L'objectif étant, au bout d'une session d'intervention, de faire intégrer les bénéficiaires aux activités de groupe inscrites dans le programme Sport Santé.

Les bienfaits : accompagnement individualisé à domicile afin de retrouver des capacités physiques suffisantes pour aller vers l'autonomie. Travail sur les gestes, les postures, les exercices de motricité fine et globale. Travail sur l'équilibre pour prévenir les chutes.

Quand ?

En journée, sur rendez-vous



RENFORCEMENT MUSCULAIRE

Pour améliorer ou préserver
votre forme physique
et votre santé

VOIR TARIFS PAGE 6

* 20€ pour les non-Gonessiens

Du 28/09/26
au 18/12/26

Du 04/01/27
au 26/03/27

Du 29/03/27
au 25/06/27

La gymnastique d'entretien et de remise en forme permet d'améliorer ses facultés respiratoires, sa coordination, sa mémoire et son équilibre.

Ces pratiques permettent aussi de travailler ses muscles, de s'assouplir, et d'augmenter son rythme cardiaque pour favoriser l'endurance. Par ailleurs, elle sollicite les articulations du corps.

Ces activités se pratiquent en salle et en groupe.

NIVEAU 1

Exercices sur chaise ou avec appuis afin de travailler la posture, le maintien de la musculature et des articulations.

Les bienfaits : favorise le renforcement musculaire pour prévenir les chutes ou les blessures, entretient la souplesse pour pouvoir faire des mouvements quotidiens (lever les bras, faire ses lacets...).

Quand ? Lundi : 10h45-11h45 / *Dojo Karaté Léo Lagrange (travail sur chaise)*
Mardi 9h30-10h30 / *MDH Marc Sangnier*
Mercredi 9h15-10h15 / *Complexe sportif Christine Caron*
Vendredi 10h30-11h30 / *Complexe sportif Colette Besson*

NIVEAU 2

Exercices de renforcement dynamique pour une remise en condition physique dans le but de développer une autonomie sportive.

Les bienfaits : favoriser le travail en profondeur de la musculature.

Quand ? Lundi : 9h30-10h30 / *Dojo Karaté Léo Lagrange*
Vendredi : 9h30-10h30 / *Complexe sportif Colette Besson*

NIVEAU 3

Exercices pour solliciter le muscle cardiaque, mais aussi pour renforcer la souplesse et la musculature.

Les bienfaits : développer son endurance, ses capacités respiratoires et maintenir son cœur en bonne santé. Contribue à la perte de poids.

Quand ? Vendredi : 9h-10h / *Complexe sportif Christine Caron*



La MARCHÉ NORDIQUE

Aide à l'amincissement
et fortifie les os



VOIR TARIFS PAGE 6

* 20€ pour les non-Gonessiens

Du 28/09/26
au 18/12/26

Du 24/01/27
au 26/03/27

Du 29/03/27
au 25/06/27

La marche nordique est une activité dont les effets sont très bénéfiques pour votre condition physique.

La marche nordique avec deux bâtons équivaut en intensité d'effort à l'activation cardiovasculaire d'un jogging à allure modérée.

La marche nordique permet au pratiquant de mieux respirer, en ayant par sa position et ses appuis latéraux, une plus grande amplitude pulmonaire et une plus forte oxygénation allant jusqu'à 60 % de plus par rapport à une pratique classique de la marche.

NIVEAU 1

Activité de groupe, sur circuits de 3 ou 4 km
avec une faible allure

Les bienfaits : renforcer son équilibre grâce au travail de coordination et à l'appui des bâtons.

Quand ? Lundi 9h-10h30 / *Rdv devant l'entrée du Stade Eugène Cognevaut - 23 bis rue Claret*

NIVEAU 2

Activité de groupe, sur circuits de 5 à 6 km
avec une allure modérée

Les bienfaits : favoriser la souplesse des articulations (jambes, pieds, bras).

Quand ? Mardi 9h30-11h00 / *Rdv devant l'entrée du Stade Eugène Cognevaut - 23 bis rue Claret*

NIVEAU 3

Activité de groupe, sur circuits de 7 km et plus
avec une allure intense

Les bienfaits : favoriser la tonification de son corps et développer ses capacités respiratoires.

Quand ? Jeudi 9h30-11h30 / *Rdv devant l'entrée du Stade Eugène Cognevaut - 23 bis rue Claret*



VOIR TARIFS PAGE 6

* 20€ pour les non-Gonessiens

Du 28/09/26
au 18/12/26

Du 04/01/27
au 26/03/27

Du 29/03/27
au 25/06/27

BADMINTON

Ludique et accessible, le badminton est la pratique idéale pour garder la forme tout en alliant sport et bien-être. Déjà adapté avec succès pour des pathologies telles que le cancer du sein ou le diabète, le badminton est un formidable exutoire et vecteur de récupération pour de nombreuses personnes atteintes d'ALD (Affection de longue durée).

Les bienfaits : Le badminton prévient des effets de l'inactivité et de la sédentarité en augmentant la capacité cardio-respiratoire, en maintenant ou augmentant l'endurance musculaire, la force et la masse musculaire, la proprioception, la souplesse et le bien-être psychique.

Il prévient des facteurs de risque cardiovasculaire en améliorant la circulation vasculaire et le contrôle de la pression artérielle.

Quand ?

Lundi : 15h-16h / *Complexe sportif Christine Caron*

KARATÉ - SANTÉ

Le karaté et les arts martiaux permettent d'améliorer la masse et le tonus musculaire. Il aide aussi à améliorer le métabolisme contribuant ainsi à la perte de poids et à l'amélioration des capacités à se mouvoir plus facilement et rapidement. En étant régulier et pérenne vous améliorerez rapidement votre stabilité et votre coordination.

Les bienfaits : la répétition des mouvements constitue un entraînement par intervalles améliorant la santé cardiovasculaire, abaissant votre tension artérielle et en ralentissant votre rythme cardiaque au repos.

Quand ? Mardi : 10h30-11h30
/ *Salle d'expression corporelle*
Complexe Jesse Owens



VOIR TARIFS PAGE 6

* 20€ pour les non-Gonessiens

Du 28/09/26
au 18/12/26

Du 04/01/27
au 26/03/27

Du 29/03/27
au 25/06/27

TENNIS DE TABLE

Reconnue pour ses vertus de récupération, la pratique du tennis de table est utilisée dans un cadre médical, notamment dans la prévention de maladies.

Au-delà de la pratique du tennis de table, sont proposés des exercices d'échauffement adaptés, généraux et cardio-vasculaires, des étirements et des corrections de postures.

Les bienfaits : développe ou entretient la vitesse, l'équilibre, la coordination motrice et l'habileté psychomotrice, l'attention, la concentration et la prise de décision, la souplesse articulaire, la sollicitation mécanique du squelette, l'analyse de situation et l'orientation dans le temps et dans l'espace.

Quand ?

Vendredi : 10h-11h

/ Salle de tennis de table

Complexe Sportif Christine Caron

GOLF

Le golf est un sport complet qui permet de s'amuser en prenant soin de sa santé dans un cadre verdoyant. La Ville de Gonesse a la chance de disposer d'un golf municipal, véritable poumon vert au sein de la commune.

Venez le découvrir et pratiquer le golf.



Les bienfaits : Le golf stimule le fonctionnement neurologique. En effet, pour manier ses clubs, gérer son équilibre, sa coordination et bien calculer les distances, il faut mobiliser toute son attention. Le golf est un sport physique. Durant une partie de golf les membres inférieurs, les abdominaux, les épaules et les bras sont sollicités. Sport d'endurance, le golf permet de parfaire ses divisions pulmonaires, vasculaires, articulaires et musculaires.

Quand ? Vendredi : 10h-11h

/ Golf de Gonesse



PILATES

VOIR TARIFS PAGE 6

* 20€ pour les non-Gonessiens

Du 28/09/26
au 18/12/26

Du 04/01/27
au 26/03/27

Du 29/03/27
au 25/06/27

Le « Pilates » est une activité de mise en forme physique douce pour entretenir, rééduquer et développer le corps à tout âge. Cette pratique s'inspire globalement d'autres techniques, comme la danse, la gymnastique ou le yoga. Elle est particulièrement recommandée pour les femmes en pré et post natalité.

Les bienfaits : permet de travailler à la fois le corps et l'esprit en contribuant à assouplir, redresser, renforcer le corps tout en apaisant l'esprit.

Quand ?

Lundi : 18h-19h / *Complexe sportif
Christine Caron*

Vendredi : 14h30-16h / *MDH Marc Sangnier*





NOUVEAUTÉ

COMBINÉ TIR AU PISTOLET LASER APRÈS UN EFFORT PHYSIQUE

VOIR TARIFS PAGE 6

* 20€ pour les non-Gonessiens

Du 28/09/26
au 18/12/26

Du 04/01/27
au 26/03/27

Du 29/03/27
au 25/06/27

Activité ludique et sportive qui combine des exercices de renforcement ou de cardio modéré avec des séquences de tir au pistolet laser. En équipe ou en solo, les participants enchaînent des efforts physiques adaptés à leur niveau, avant de se concentrer pour viser et toucher la cible avec précision.

Les bienfaits : amélioration de l'endurance cardiovasculaire, renforcement musculaire global et développement de la coordination, de la concentration et de l'équilibre.

Quand ?

Jeu*di* : 10h-11h / *Complexe sportif
Colette Besson*





NOUVEAUTÉ

YOGA - SANTÉ

VOIR TARIFS PAGE 6

* 20€ pour les non-Gonessiens

Du 28/09/26
au 18/12/26

Du 04/01/27
au 26/03/27

Du 29/03/27
au 25/06/27

Dispensé par une intervenante diplômée et formée Sport Santé, la pratique régulière du yoga permet de rehausser la force et la souplesse, ce qui fait place à des changements notables sur le plan physique, comme un renforcement des muscles posturaux et une amélioration du métabolisme et de la posture.

Les bienfaits : Le yoga améliore la souplesse, l'équilibre et la force, tout en réduisant le stress et en favorisant un sommeil réparateur. Il soutient aussi la concentration et la sérénité au quotidien.

Quand ?

Jeudi : 9h-10h30 / *Complexe sportif
Jesse Owens*



LES ACTIVITES PHYSIQUES ET SPORTIVES DE BIEN-ÊTRE **EN SOIRÉE**

SAISON 2026-2027

*Des parcours d'activités physiques
et sportives de bien-être
en soirée pour les jeunes
majeurs et les adultes*



SPORTS JEUNES MAJEURS ET ADULTES EN SOIRÉE

VOIR TARIFS PAGE 5

* 20€ pour les non-Gonessiens

ADULTES

Du 28/09/26
au 18/12/26

Du 04/01/27
au 26/03/27

Du 29/03/27
au 25/06/27



Fit Hiit

Lundi : 19h-20h30

/ Complexe sportif Christine Caron



Le HIIT (High Intensity Interval Training), qui signifie «entraînement par intervalle à haute intensité», est un programme sportif qui privilégie l'intensité à la durée. Toutefois, les éducateurs sportifs de la Ville sauront adapter le programme aux capacités de chaque participant.



Fit Body

Jedi : 19h-20h30

/ Complexe sportif Colette Besson



Cette activité physique repose principalement sur le poids du corps, sans utilisation de matériel. Elle se concentre sur des mouvements fonctionnels comme les squats, les fentes ou les gainages. L'objectif est de renforcer le corps dans sa globalité, d'améliorer la mobilité, l'équilibre et la coordination.



Forfait 50€* par trimestre
pour 2 séances par semaine

* 100€ pour les non-Gonessiens

Yoga

Lundi : 19h-20h30 / Jedi : 19h-20h30

/ Complexe sportif Jesse Owens

Le yoga est une discipline d'origine indienne qui vise l'harmonisation du corps et de l'esprit et une meilleure conscience de soi. Par la maîtrise du souffle, la méditation et les postures du corps, le yoga permet l'éveil spirituel et l'équilibre corporel, et nous aide à agir conformément à nos besoins et valeurs, sans influence extérieure.

Au-delà d'une activité physique, c'est une hygiène de vie à part entière. Les bénéfices que l'on retire à pratiquer le yoga sont donc multiples.

LES ACTIVITÉS SPORTIVES POUR LES ENFANTS

SAISON 2026-2027

*Des parcours d'activités
physiques et sportives
pour les enfants
et en famille*





SPORT EN FAMILLE

PARENTS / ENFANTS

TOUT PUBLIC

Activités gratuites

Vous souhaitez concilier pratique sportive et vie de famille ? **Faire du sport en famille** permet de profiter de moments privilégiés entre parents et enfants et d'optimiser le temps passé ensemble pour se défouler, s'amuser et rester en forme.

Votre enfant est âgé de 4 à 5 ans et vous ne savez pas vers quelle pratique sportive l'orienter ? Venez ensemble **découvrir diverses disciplines sportives** avec nous.

Vous serez accueillis par des éducateurs sportifs qui pourront vous aider à trouver la discipline pour laquelle vous et votre enfant êtes faits.

- Tous les vendredis -

17h-18h30

/ Complexe sportif Jesse Owens

Sport en famille

> DU 21/09/26 AU 18/12/26

> DU 04/01/27 AU 02/04/27

> DU 19/04/27 AU 25/06/27



ENFANCE

INITIATION SPORTIVE POUR LES 4-5 ANS

Tarif Enfants :
5€ par activité et par cycle

- Les mardis -

17h-18h

> Période 1 : DU 21/09/26 AU 18/12/26

Baby escalade

/ Complexe sportif Jesse Owens

> Période 2 : DU 04/01/27 AU 02/04/27

Baby escalade

/ Complexe sportif Jesse Owens

> Période 3 : DU 19/04/27 AU 25/06/27

Tennis

/ Tennis club de Gonesse

- Les jeudis -

17h-18h

> Période 1 : DU 21/09/26 AU 18/12/26

Jeux Collectifs

/ Complexe sportif Colette Besson

> Période 2 : DU 04/01/27 AU 02/04/27

Jeux d'opposition

/ Complexe sportif Colette Besson

> Période 3 : DU 19/04/27 AU 25/06/27

Jeux de précision

/ Complexe sportif Colette Besson

Les inscriptions sont à renouveler à la fin de chaque période.



LOISIRS SPORTIFS POUR LES 6-10 ANS

ENFANCE

Tarif Enfants :
5€ par activité et par cycle

- Les mardis -

18h-19h

> Période 1 : DU 21/09/26 AU 18/12/26

Escalade

/ Complexe sportif Jesse Owens

> Période 2 : DU 04/01/27 AU 02/04/27

Escalade

/ Complexe sportif Jesse Owens

> Période 3 : DU 19/04/27 AU 25/06/27

Tennis

/ Tennis club de Gonesse

- Les jeudis -

18h-19h

> Période 1 : DU 21/09/26 AU 18/12/26

Sports Collectifs

/ Complexe sportif Colette Besson

> Période 2 : DU 04/01/27 AU 02/04/27

Sports d'opposition

/ Complexe sportif Colette Besson

> Période 3 : DU 19/04/27 AU 25/06/27

Sports de précision

/ Complexe sportif Colette Besson

Les inscriptions sont à renouveler à la fin de chaque période.

LES ACTIVITÉS SPORTIVES DU MERCREDI

SAISON 2026-2027

*Des parcours d'activités
physiques et sportives
pour le jour des enfants*



5€ par activité et par cycle

- à partir de 4 ans -

> 10h30-11h30

/ Complexe sportif Christine Caron

Fiit Kid

Activité sportive et ludique qui encourage les enfants à la pratique physique :

- Renforcement de la confiance en soi
- Bien-être physique
- Adapté à chacun

> DU 21/09/26 AU 18/12/26

> DU 04/01/27 AU 02/04/27

> DU 19/04/27 AU 25/06/27



- 6/10 ans -

> 10h-12h

/ Complexe sportif Jesse Owens

Multisports

(Badminton - Basket - Escalade)

> DU 21/09/26 AU 18/12/26

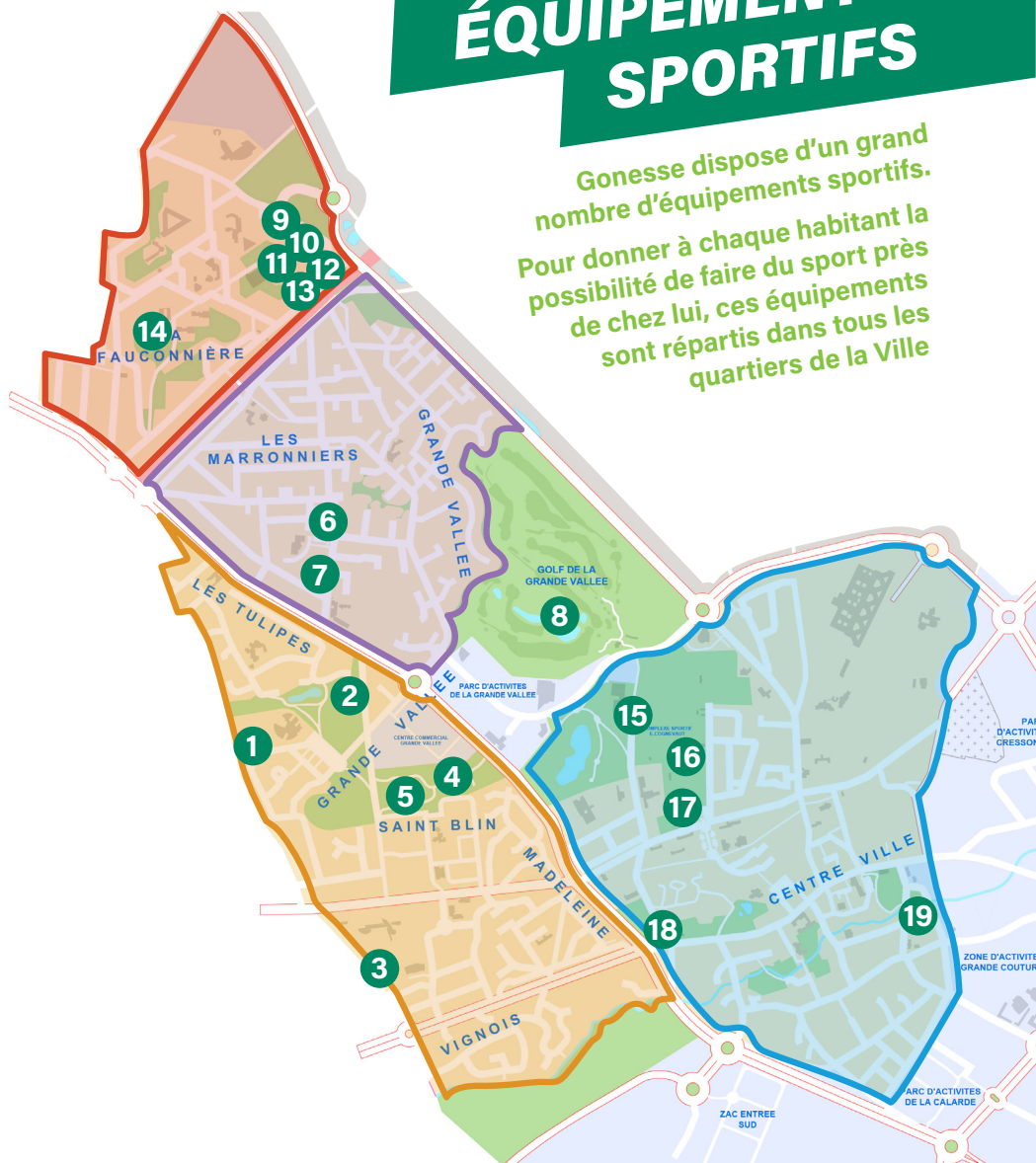
> DU 04/01/27 AU 02/04/27

> DU 19/04/27 AU 25/06/27



ÉQUIPEMENTS SPORTIFS

Gonesse dispose d'un grand nombre d'équipements sportifs. Pour donner à chaque habitant la possibilité de faire du sport près de chez lui, ces équipements sont répartis dans tous les quartiers de la Ville.



Quartier Madeleine - Saint Blin

- 1 Complexe sportif Christine Caron**
/ Rue Max Linder - Accès réglementé
- 2 Terrain de football**
/ Avenue Georges Pompidou - Accès libre
- 3 Complexe sportif Jesse Owens**
/ Rue Nelson Mandela - Accès réglementé
- 4 Parc Urbain Saint Blin**
/ Accès libre
- 5 Terrain de sports Saint Blin**
/ Accès libre

Quartier des Marronniers

- 6 Complexe sportif Colette Besson**
/ Rue Jean Moulin - Accès réglementé
- 7 Terrain de sports des Marronniers**
/ Rue Jean Moulin - Accès libre
- 8 Golf de Gonesse**
*/ Avenue Pierre Salvi
Accès réglementé*

Quartier de la Fauconnière

- 9 Complexe sportif Léo Lagrange**
/ Avenue Léon Blum - Accès réglementé
- 10 Complexe Marcel CERDAN**
*/ Square des Sports - Accès réglementé
Ouverture prochaine*
- 11 Salle de boxe**
*/ Square des Sports - Accès réglementé
Ouverture prochaine*
- 12 Terrain de sports de la Fauconnière**
/ Square des Sports - Accès libre
- 13 Piscine Intercommunale Raoul Vaux**
*/ Square des Sports -
Accès réglementé*
- 14 Terrain de sports de la Garenne**
/ Square de la Garenne - Accès libre

Quartier du Centre-ville

- 15 Complexe de tennis de l'églantier**
/ Rue de l'églantier - Accès réglementé
- 16 Stade Eugène Cognevaut**
/ Rue Claret - Accès réglementé
- 17 Gymnase Eugène Cognevaut**
/ Rue Claret - Accès réglementé
- 18 Terrain de sports Jean Jaurès**
/ Place Jean Jaurès - Accès libre
- 19 Terrain de sports Furmanek**
/ Rue Furmanek- Accès libre

Comment s'inscrire ?

Toute participation à une activité physique doit faire l'objet
d'une inscription auprès de la Direction des Sports.

Pour s'inscrire il faut présenter :

- Le bulletin d'inscription dûment complété et signé
- Un justificatif de domicile
- Questionnaire de santé rempli, pour les enfants
- L'attestation d'assurance responsabilité civile
- Signer le règlement intérieur disponible sur le site de la Ville
- Certificat médical de non contre-indication à la pratique sportive ou questionnaire de santé rempli en cas de renouvellement, pour les adultes et, le cas échéant, une prescription médicale.



**Fiche d'inscription
disponible sur le
site de la ville**

**INSCRIPTION - RENSEIGNEMENTS :
DIRECTION DES SPORTS - 01 34 45 10 68
sports@mairie-gonesse.fr**

