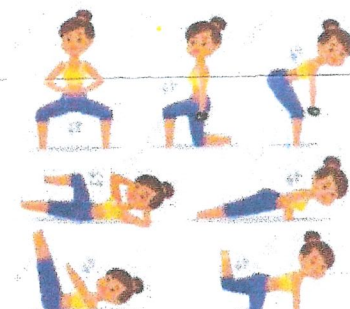


PROGRAMME SPORTIF 2022 -2023

Inscriptions en ligne recommandées sur le Blog : oisdb.canalblog.com

RENFORCEMENT MUSCULAIRE 120€ l'année

Le lundi à 18H30 salle des Cèdres de Mallemoisson
Le jeudi à 17H00 salle multi activités de Thoard



PILATES 120 € l'année

Le mardi à 18h30 à Mirabeau
Le vendredi à 18H00 salle des Cèdres de Mallemoisson

DOJO DU CHAFFAUT : 120 € l'année

Le jeudi à partir de 18H30
Activité en cours de préparation !

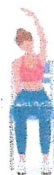
1 activité : 120 € l'année.
2 activités : +20 € l'année.
3 activités : +10 € l'année.

MARDI

09H30

STRETCHING SENIORS à Thoard.

120 € l'année.



18H30

FUTSAL au Gymnase de Carmejane.

60 € l'année. Ados et adultes.



JEUDI

18H00

RANDO (à partir de 14 ans).

130 € l'année.

19H00

BADMINTON au Gymnase de Carmejane.

60 € l'année. Ados et adultes.



SAMEDI

SKI CLUB (à partir de 7 ans).

Sorties encadrées dans les stations du 04 et 05 si minimum d'inscriptions atteint. Programme dispo en Novembre.

30€ par sorties



MERCREDI

14H00

ATELIER CREATIF à partir de 6 ans.

(Collage, découpage, dessin, peinture...)

Salle communale de Mirabeau en face du lavoir.

90€ l'année.



20H00

SOPHROLOGIE

Salle Polyvalente de Mallemoisson.

150 € l'année. Ados et adultes.

VENDREDI

09H30

STRETCHING SENIORS à la salle des Cèdres

de Mallemoisson.

120 € l'année.

DIMANCHE

INITIATION VTT ELECTIQUE

Forfait 10 séances à 150€ ou 20€ par sorties. Ados et adultes



INFORMATIONS ET INSCRIPTIONS

Office Intercommunal des Sports Duyes et Bléone, Dojo St Pierre – 04510 LE CHAFFAUT

06.77.01.64.14 oisdbj@gmail.com

Jujitsu / Self défense / Taïso (ados, adultes), Tai-chi au DOJO du Chaffaut. Infos au 06.66.87.09.57