



ANIMATIONS
2020-2021
SERVICE DES SPORTS



TOUS AU SPORT
AVEC LA CARTE
SPORT'ANIM

GYM TONIC • ABDOS FESSIERS •
GYM RETRAITE • BADMINTON •
REMISE EN FORME • GOLF • ESCRIME •
RENFORCEMENT MUSCULAIRE...



+ d'infos sur : www.saint-chamond.fr
ou accueilpiscinecaisse@saint-chamond.fr
ou au 04 77 31 42 31

**SAINT-
CHAMOND**
saint-chamond.fr

TOUS AU SPORT AVEC LA CARTE SPORT'ANIM

52€50 pour la saison
2020 - 2021

40€ avec la carte
Pass Jeunesse

46,80€ avec le Pass
Découverte
Retraite

Inscriptions au Centre Nautique (Rue François-Gillet)* :

- le 31 août 2020 de 9h à 12h - Aquaretraite,
- le 1^{er} septembre 2020 de 12h à 18h30 - Activités centre nautique,
- le 2 septembre 2020 de 12h à 18h30 - Activités hors centre nautique,
- le 3 septembre 2020 de 12h à 18h30 - Toutes les activités.

*Inscriptions possibles toute l'année aux horaires d'ouverture

Documents à donner le jour de l'inscription (FOURNIR PHOTOCOPIE) :

- questionnaire de santé,
- un justificatif de lien avec la ville (travail, scolarité ou domicile),
- une attestation d'assurance (attention : l'attestation d'assurance et les documents du trésor public ne sont pas des justificatifs de lien avec la ville),
- une photo.

CENTRE NAUTIQUE ROGER COUDERC

Abdos fessiers

Lundi
9h - 10h
Pas limité

Mercredi
12h30 - 13h30
15 personnes

Body sculpt

Lundi
18h15 - 19h30
Pas limité

Cardio Mix

Mercredi
18h15 - 19h30
Pas limité

Remise en forme /Muscu

Lundi
11h-12h ou 18h-19h15
10 personnes

Mercredi
12h-13h
10 personnes

Judi
11h-12h
10 personnes

Vendredi
11h-12h ou 18h-19h
10 personnes

Samedi
11h - 12h
14 personnes

Plongée*

Mardi
11h30 - 13h30
8 personnes

Badminton

Vendredi
18h45 - 20h
14 personnes

Stretching

Mercredi
11h - 12h
14 personnes

Pilates

Mercredi
19h30 - 20h30
Pas limité

Aquaretraite

Lundi et Mardi
11h15 - 12h
25 personnes

Vendredi
11h15-12h
25 personnes

Samedi
8h15 - 9h
25 personnes

HALLE DES SPORTS COUBERTIN

Tir à l'arc / Sarbacane - P1*
Escrime/Tennis de table- P2*
Golf - P3*

Vendredi
13h30 - 15h
12 personnes

Gym douce et de relaxation

Mercredi
17h45 - 19h30

Muscu Santé

Mercredi
20h - 21h30
10 personnes

Remise en forme

Lundi / Mardi /
Judi
14h - 15h30
10 personnes

GYMNASSE SAINT-JULIEN

Gym Retraite

Mardi
11h30 - 12h30
16 personnes

Badminton

Judi
12h15 - 13h15
16 personnes

Gym douce et de relaxation

Judi
8h30 - 10h
10h - 11h30
12 personnes

STE-MARIE

Escalade

Judi
18h - 19h30
12 personnes

Stretching

Lundi
12h15 - 13h15
14 personnes

Marche nordique

Judi
14h - 16h
10 personnes

Modalités de règlement :

- espèces,
- chèques,
- coupons sport,
- chèques vacances,
- carte bancaire.

*Activités périodiques : inscription préalable obligatoire

Période 1 (P1) : du 14/09/2020 au 28/11/2020

Période 2 (P2) : du 30/11/2020 au 13/03/2021

Période 3 (P3) : du 15/03/2021 au 19/06/2021