

ACTIVITÉS SPORTIVES DU CMIS

Éveil corporel

4/5 ans

Les premiers pas vers la pratique sportive

Mercredi – 16h30 à 17h30

Gymnase Jean-Guimier – Gymnase Léo Lagrange

Tarifs : au quotient familial

Activités sportives du mercredi

6/11ans

Activités nautiques (apprentissage de la natation)

Mercredi matin - 9h00 à 10h00 ou de 10h00 à 11h00

(possibilité de retour de la piscine vers le centres de loisirs)

Piscine René-Rousseau

Activités multisports

(l'enfant choisit 5 sports sur l'année)

13h30 – 17h30 (possibilité de venir chercher les enfants aux centres de loisirs pour les emmener au gymnase)

Gymnase Jean-Guimier – Gymnase Léo Lagrange

Tarifs : au quotient familial

Animations de quartiers

12/17 ans

Sports collectifs et individuels

Mardi et jeudi de 17h30 à 19h00

Lundi et vendredi de 17h30 à 19h00

Gymnase Jean-Guimier/Activités non payantes

Lundi et jeudi de 17h30 à 19h30

Gymnase Léo Lagrange/Activités non payantes

Sports bien être

Gym douce :

Renfort musculaire, étirements, relaxation, coordination, équilibre.

Mardi de 10h00 à 11h00 et/ou jeudi de 10h00 à 11h00

Mardi de 11h00 à 12h00 et/ou jeudi de 11h00 à 12h00

Salle André-Lamy/Tarif fixe à l'année

Sports vacances

8/12 ans et 13/17ans

Découverte et pratique de nombreux sports sous formes d'initiation, de stages sportifs et de tournois

Vacances scolaires : toussaint, hiver, printemps, été

Du lundi au vendredi de 14h00 à 18h00

Lieu : Gymnases

(Jean-Guimier, Léo Lagrange, Anatole-France et André-Lamy) et terrains de proximité dans chaque quartier de la ville

Activités non payantes

Jardin aquatique

Pour les enfants de 4 mois à 5ans^{1/2}

Familiarisation avec le milieu aquatique

Samedi matin

- 9h20 à 10h10
- 10h10 à 11h00
- 11h00 à 11h50

Piscine René-Rousseau

Tarifs : au quotient familial

École de natation

Pour les enfants de 6 ans à 11 ans

Apprentissage de la natation

Mercredi 17h00 à 19h00 selon les groupes de niveau

Jeudi 17h30 à 18h55 selon les groupes de niveau

Piscine René-Rousseau

Tarifs : au quotient familial

Aquagym

Pour les adultes

Détente, renforcement musculaire, étirements... dans l'eau

Mardi, mercredi, jeudi ou vendredi de 12h15 à 13h00

Piscine René-Rousseau

Tarifs à l'année pour une séance par semaine, pour deux séances, pour trois séances et pour quatre séances.