



PLANNING CAP' SPORT

2022 / 2023

ufolep
TOUS LES SPORTS AUTREMENT

LUNDI

9h - 10h

Stretching

(Pôle Animation Jeunesse)

10h30 - 11h30

Stretching

(Pôle Animation Jeunesse)

13h30 - 16h30

Café Santé du LIS

(Local Infos Santé)

17h30 - 19h00

Collectif'Sport

(Club Coeur Santé)

17h30 - 19h30

Solidar Raquette

(Gymnase Sainte-Thérèse)

MARDI

9h30 - 10h30

Femmes & Sport

(La Fonderie)

14h - 16h

Renfo Training

(Club Coeur Santé)

18h - 19h30

Form' Entreprise

(Accès Entreprise)

17h30 - 19h30

Solidar Football

(Gymnase Sainte Thérèse)

18h - 19h30

Step Dance

(Club Coeur Santé)

MERCREDI

10h - 12h00

Longe côte

(Ouireham)

14h30 - 15h30

Sport Adapté Mineurs

(Gymnase Prestavoine)

15h45 - 16h45

Sport Adapté Mineurs

(Gymnase Prestavoine)

17h30 - 19h30

Solidar Multi-activités

(Gymnase Sainte Thérèse)

JEUDI

9h00 - 10h15

Gym Douce

(Club Coeur Santé)

10h30 - 11h45

Gym Douce

(Club Coeur Santé)

18h - 19h

Caen On Bouge

(Gymnase Sainte Thérèse)

17h30 - 19h30

Solidar Hand/Basket

(Gymnase Sainte Thérèse)

VENDREDI

9h30 - 11h

Marche active

(Local Infos Santé)

14h - 16h

Renfo Training

(Club Coeur Santé)

Activités de remise en forme

Activités sportives

Informations / échanges autour de la santé

Activités physiques et sportives à destination des enfants en situation de handicap

CONTACT :

07 66 47 58 37

<https://www.capsport-epi.fr/>