

Club Sports et Loisirs des Retraités des Olonnes

PLANNING HEBDOMADAIRE DES ACTIVITES

2024 / 2025

| Jours | Activités | Horaires | Lieux |
|---|---|--|-----------------------------------|
| Lundi | Aquagym | 09h00 à 09h45 et 10h00 à 10h45 | Piscine des Chirons |
| | Jeux de société | 13h30 à 18h00 | Salle B et C des Riaux |
| | Tennis de table | 10h00 à 12h00 | Salle tennis Coubertin |
| | Marche nordique | 09h00 à 12h00 | Voir bulletin mensuel |
| | Stretching | 15h15 à 16h15 | Olonnespace salle de danse |
| | Yoga Groupe 1 | 16h30 à 17h30 | Olonnespace salle Dojo |
| | Danses traditionnelles | 17h30 à 19h00 | Salle des Riaux « Galerie » |
| Mardi | Gym Pilates | 08h45 à 09h45 | Olonnespace salle Dojo |
| | Gym renforcement musculaire | 09h45 à 10h45 | Olonnespace salle Dojo |
| | Marche 4 km | 10h00 à 11h00 | Voir bulletin mensuel |
| | Mouv et Feel zen | 14h00 à 15h00 | Olonnespace salle Dojo |
| | Danse en ligne | 15h30 à 17h00 | Coubertin salle de danse |
| | Balade à vélo | 14h00 à 16h30 | Voir bulletin mensuel |
| | Vélo VTC | 14h00 à 17h30 | Voir bulletin mensuel |
| Mercredi | Stretching | 09h00 à 10h00 | Salle de danse Coubertin |
| | Gym maintien en forme | 09h15 à 10h15 | Coubertin salle de Dojo |
| | Perfectionnement informatique | 09h00 à 10h30 | Olonnespace salle polyvalente 1 |
| | L'informatique de tous les jours | 10h30 à 12h00 | Olonnespace salle polyvalente 1 |
| | Mini tennis | 09h45 à 12h15 | Gymnase des Sauniers salle n°1 |
| | Mouv et Feel zen | 14h00 à 15h00 | Olonnespace salle Dojo |
| | Atelier couture | 14h00 à 16h00 | Jean de la Fontaine salle 2 |
| | Tarot | 13h30 à 18h00 | Salle C des Riaux |
| Jeudi | Pétanque | 14h00 à 17h00 | Gymnase des Sauniers |
| | Atelier théâtre * | 09h00 à 12h00 | Olonnespace salle jeux de société |
| | Danse en ligne | 10h30 à 12h30 | Coubertin salle de danse |
| | Gym | 10h15 à 11h15 | Olonnespace salle Dojo |
| | Marche 12 km | 14h00 à 18h00 | Voir bulletin mensuel |
| | Marche 8 km | 14h15 à 17h00 | Voir bulletin mensuel |
| Vendredi | Stretching | 15h15 à 16h15 | Olonnespace salle de danse |
| | Tennis de table – entraînement | 09h00 à 10h00 | Salle tennis Coubertin |
| | Tennis de table | 10h00 à 12h00 | Salle tennis Coubertin |
| | Gym maintien en forme | 11h00 à 12h00 | Coubertin salle de danse |
| | Pétanque | 14h00 à 17h00 | Gymnase des Sauniers |
| | Aquagym | 16h00 à 16h45 | Piscine des Chirons |
| Yoga Groupe 2 | 16h00 à 17h00 | Olonnespace salle Dojo | |
| <p>* Atelier Théâtre : 3 jeudis par mois (1 jeudi salle occupée par la réunion du comité directeur)</p> <p>Pour les activités en salle</p> <p>Un listing des personnes inscrites à l'activité sera à l'entrée de la salle.</p> <p>Vous devez signaler votre présence en cochant la case devant votre nom</p> | | | |
| Lieux des activités Et rendez-vous | Piscine des Chirons | Rue Chateaubriand – Olonne sur Mer | |
| | Olonnespace | Allée des Cèdres – Olonne sur Mer | |
| | Salle A B C D des Riaux | Rue des Grands Riaux – Château d'Olonne | |
| | Complexe Sportif Coubertin | Bd des Anciens Combattants AFN – Château d'Olonne | |
| | Gymnase des Sauniers | Impasse de la Salle des Sauniers – La Chaume | |
| | Parking La Sablière | Face à la Caserne des Pompiers – Les Sables d'Olonne | |
| | Parking Aire des Vallées | Rue des Vallées - Château d'Olonne (Rond-Point en dessous de la Poste) | |
| | Parking Intermarché | Centre commercial de la Boussole - Château d'Olonne | |
| Salle 2 Jean de la Fontaine | Centre Polyvalent 20 Rue pasteur 85340 Olonne-sur-Mer | | |