



**ANIMATIONS SPORTIVES**  
**DU 15 SEPTEMBRE AU 19 JUIN**  
**2025-2026**



**TOUS AU SPORT**  
**AVEC LA CARTE**  
**SPORT'ANIM**

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



+ d'infos sur : [www.saint-chamond.fr](http://www.saint-chamond.fr)  
ou [accueilpiscinecaisse@saint-chamond.fr](mailto:accueilpiscinecaisse@saint-chamond.fr)  
04 77 31 42 31

**SAINT-  
CHAMOND**

## TOUS AU SPORT AVEC LA CARTE SPORT'ANIM

**85€** pour la saison  
2025 - 2026

**48€** avec la carte  
Pass Jeunesse

**65€** avec le Pass  
Découverte Retraire

### Remise en forme / Muscu

**Lundi**  
10 h 30 - 11 h 30 ou  
18 h - 19 h  
12 personnes

**Mardi**  
14 h - 15 h 30  
12 personnes

**Mercredi**  
12 h - 13 h  
12 personnes

**Jedi**  
11 h - 12 h  
12 personnes

**Vendredi**  
11 h - 12 h  
12 personnes

**Samedi**  
11 h - 12 h  
12 personnes

### Inscriptions au Centre Nautique (chemin de la Martinière)\* :

- Le 4 septembre 2025 de 9 h à 19 h - Toutes activités (hors aquaretraite)
- Le 5 septembre 2025 de 9 h à 12 h - Toutes activités (hors aquaretraite)
- Le 8 septembre 2025 de 10 h à 17 h - Aquaretraite
- Les 10 et 11 septembre 2025 de 10 h à 17 h - Toutes activités

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

#### Documents pour inscription (FOURNIR PHOTOCOPIE) :

- Un 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 LOUDERL

### Body sculpt

**Lundi**  
18 h 15 - 19 h 30  
Pas limité

### Plongée\*

**Mardi**  
11 h 30 - 13 h 30  
8 personnes

### Abdos fessiers

**Lundi**  
9 h - 10 h  
Pas limité

### Aquaretraite

**Lundi, Mardi  
et vendredi**  
11 h 15 - 12 h  
25 personnes

### Pilates

**Mercredi**  
19 h 30 - 20 h 30  
Pas limité

### Cardio Mix

**Mercredi**  
18 h 15 - 19 h 30  
Pas limité

### Nef

#### Strechng

**Mercredi**  
11 h 15 - 12 h 15  
15 personnes

### Abdos fessiers / Pilates

**Mercredi**  
12 h 30 - 13 h 30  
15 personnes

## HALLE DES SPORTS COUBERTIN

### Marche Douce

**Lundi**  
9 h - 12 h  
16 personnes  
Départ Coubertin

### Remise en forme

**Lundi**  
12 h 15 - 13 h 15  
14 personnes

**14 h - 15 h 30**  
16 personnes  
Tatami

**Tir à l'arc / Sarbacane - P1\*** Tatami/Plaine de jeux  
**Escrime / Tennis du table- P2\*** Mezza  
**Golf - P3\*** Plaine de jeux

**Vendredi**  
13 h 30 - 15 h  
12 personnes

### Muscu

**Mercredi**  
18 h - 19 h 15  
10 personnes  
Muscu Coubertin

## GYMNASE Saint-Julien

### Gym retraite

**Mardi**  
11 h 30 - 12 h 30  
16 personnes  
Dojo Baudot

### Gym douce et relaxation

**Jedi**  
8 h 45 - 10 h  
10 h 15 - 11 h 30  
12 personnes  
Dojo Baudot

## Ste-Marie

### Escalade

**Jedi**  
18 h - 20 h  
12 personnes

### Modalités de règlement :

- Espèces
- Chèque (NON REMPLI)
- Carte bancaire
- Chèques ANCV (version papier)

### \*Activités périodiques : inscription préalable obligatoire

Période 1 (P1) : du 15/09/2025 au 5/12/2025

Période 2 (P2) : du 8/12/2025 au 20/03/2026

Période 3 (P3) : du 23/03/2026 au 19/06/2026