

30 € par an pour les Tourquennois

37 € par an pour les non Tourquennois

> Inscription sur présentation d'un certificat médical

> Remise d'une photo d'identité pour la carte

« Activités Physiques SASR »*

GYMNASTIQUE D'ENTRETIEN

Une activité dynamique pour maintenir vos capacités physiques

Lundi de 9h à 10h

MJC La Fabrique, 98 rue de Paris

Mardi de 9h à 10h

Maison des Services du Blanc Seau, 285 Bd Descat (salle Polyvalente 1^{er} étage)
Centre Social Marlière-Croix Rouge, 41 rue de la Bourgogne

Mercredi matin

de 9h à 10h > Palais des sports, 27 rue du Calvaire

de 9h30 à 10h30 > Résidence La Roseraie, 319 rue Racine

Jeudi de 9h à 10h

Centre Socioculturel Phalempins, 216 rue Ingres

Vendredi de 9h à 10h

Salle Christian D'Oriola, 132 rue Nationale

RENFORCEMENT MUSCULAIRE

Une activité pour maintenir votre tonicité

Jeudi de 9h à 10h

Complexe Sportif L'Atelier, 81 rue des Piats



DR

GYMNASTIQUE SUR CHAISE

Une gymnastique douce, adaptée à votre rythme et à vos capacités

Mardi de 14h45 à 15h30

Résidence Les Hortensias, 32 rue Léon Jouhaux

Mercredi de 10h45 à 11h30

Résidence La Roseraie, 319 rue Racine

BADMINTON

Découvrez et pratiquez le badminton

Vendredi de 14h15 à 16h15

Complexe sportif L'Atelier, 81 rue des Piats

Cette carte permet aux inscrits d'accéder à un prix préférentiel aux séances « Aquadouce » du complexe sportif Tourcoing-les-Bains, les lundis et mardis de 11h à 12h.

Service Animation Solidarité Retraités
26, rue de la Bienfaisance – 59200 Tourcoing
03.20.11.34.20.