

## ACTIVITÉS PHYSIQUES ADAPTÉES : PLANNING 2024–2025

| Activités  | Lieux   | Jours  | Horaires  |               |
|--|---|--|---|---------------|
| <b>Aquagym</b>                                       | <b>Piscine des ROSIERS</b><br>45 bd Henri Bazin - 21000 DIJON                 | Samedi   | 9h00 à 10h00  |               |
|  |   | Samedi   | 10h00 à 11h00   |               |
|  |   | Samedi   | 11h00 à 12h00   |               |
|  |   | Samedi   | 12h00 à 13h00 (*)   |               |
| <b>Aquagym</b><br><i>hors vacances scolaires</i>     | <b>Piscine du CARROUSEL</b><br>2 cours du Parc – 21000 DIJON                  | Lundi  | 9h00 à 10h00  |               |
|  |   | Lundi  | 15h45 à 16h45   |               |
|  |   | Mardi  | 15h45 à 16h45   |               |
|  |   | Jeudi  | 15h45 à 16h45   |               |
|  |   | Vendredi   | 15h45 à 16h45   |               |
|  | <b>Piscine de CHENOVE</b><br>30 rue Ernest Renan - 21300 CHENOVE              | Mardi  | 16h15 à 17h00   |               |
|  |   | <b>Piscine de la Fontaine d'OUCHÉ</b><br>Allée de Ribeauvillé – 21000 DIJON                                | Vendredi  | 11h00 à 12h00 |
|  |   |  | <b>Piscine des GRESILLES</b><br>1 allée Marius Chanteur – 21000 DIJON | Vendredi      |
|  | <b>Endurance (*)</b><br><i>réservée aux membres du CCS</i>                    | <b>Centre de Rééducation et de Réadaptation (C2R)</b><br>23 A rue Gaffarel – 21000 DIJON<br>03 80 29 31 62 |   | Lundi         |
|  |   |  | Mardi   | 17h15 à 18h15 |
| Mercredi   |   |  | 18h00 à 19h00   |               |
| Jeudi  |   |  | 18h00 à 19h00   |               |
| <b>Endurance (*)</b>                                 | <b>Salle des ROSIERS</b><br>45 bd Henri Bazin - 21000 DIJON                   | Lundi  | 12h00 à 13h00   |               |
| <b>Gymnastique</b>                                   |   | Mardi  | 17h45 à 18h45   |               |
| <b>Endurance (*)</b>                                 |   | Mardi  | 18h45 à 19h45   |               |
| <b>Gymnastique</b>                                   |   | Mercredi   | 17h30 à 18h30   |               |
| <b>Endurance (*)</b>                                 |   | Mercredi   | 18h30 à 19h30   |               |
| <b>Gym/Endurance</b>                                 |   | Jeudi  | 17h30 à 18h45   |               |
| <b>Gymnastique</b><br><i>hors vacances scolaires</i> | <b>Salle annexe du gymnase BOIVIN</b><br>22 rue de la Côte d'Or – 21000 DIJON | Lundi  | 17h15 à 18h15   |               |
| <b>Marches en extérieur</b>                          | <b>Marche nordique adaptée</b><br>Lieux selon séances                         | Mardi  | 14h30 à 15h30   |               |
|  | <b>Marche douce</b><br>Parc de la Colombière – 21000 DIJON                    | Mercredi   | 11h00 à 12h00   |               |

(\*) Aquagym Rosiers samedi 12h à 13h seulement semaines impaires

Version du 18/10/2024