

ACTIVITÉS PHYSIQUES ADAPTÉES : PLANNING 2025–2026

Activités	Lieux	Jours	Horaires
Aquagym	Piscine des ROSIERS 45 bd Henri Bazin – DIJON	Samedi	9h00 à 10h00
		Samedi	10h00 à 11h00
		Samedi	11h00 à 12h00
		Samedi	12h00 à 13h00
Aquagym <i>hors vacances scolaires</i>	Piscine du CARROUSEL 2 cours du Parc – DIJON	Lundi	9h00 à 10h00
		Lundi	15h45 à 16h45
		Mardi	15h45 à 16h45
		Jeudi	15h45 à 16h45
		Vendredi	15h45 à 16h45
	Piscine de CHENOVE 30 rue Ernest Renan – CHENOVE	Mardi	16h15 à 17h00
	Piscine Fontaine d'OUCHE Allée de Ribeauvillé – DIJON	Vendredi	11h00 à 12h00
	Piscine des GRESILLES 1 allée Marius Chanteur – DIJON	Vendredi	14h25 à 15h20
	Endurance <i>réservée aux adhérents CCS*</i>	Centre de Rééducation et de Réadaptation (C2R) 23 A rue Gaffarel – DIJON	Voir Planning mensuel jusqu'à fin décembre 2025
Endurance	Salle des ROSIERS 45 bd Henri Bazin – DIJON	Lundi	12h00 à 13h00
Gymnastique		Mardi	17h45 à 18h45
Endurance		Mardi	18h45 à 19h45
Gymnastique		Mercredi	17h30 à 18h30
Endurance		Mercredi	18h30 à 19h30
Gymnastique		Jeudi	17h15 à 18h15
Endurance		Jeudi	18h15 à 19h15
Gymnastique <i>hors vacances scolaires</i>		Salle annexe BOIVIN 22 rue de la Côte d'Or – DIJON	Lundi
Marches en extérieur	Marche nordique adaptée Extrémité rue de la rente Giron – DIJON	Mercredi	14h30 à 15h30
	Marche douce Parc de la Colombière – DIJON	Mercredi	11h00 à 12h00