



# CLUB RETRAITE SPORTIVE AGGLOMÉRATION MOULINOISE

Maison Départementale des Sports - 4, rue de Refembre 03000 MOULINS - ☎ 04 70 20 62 88  
Courriel : retraite.sportive.agglo.mouloise@orange.fr Site internet : www.rsamoulins.fr Siret 411 474 802 00054

## SAISON 2021/2022

### DATES de REPRISE DES DIFFÉRENTES ACTIVITÉS ou SORTIES

Le **PASS SANITAIRE** ou la **PREUVE D'UN TEST NÉGATIF DE MOINS DE 72 H** est exigé aux activités en salle.

#### SEPTEMBRE

6	Lundi	- Vélo <b>Avec le pass sanitaire</b> - Tennis - Tennis de Table
7	Mardi	<b>Avec le pass sanitaire</b> - Yoga (Chantal GOUX) - Activités dansées (groupe expérimentés)
8	Mercredi	- Promenade à bicyclette à 13 h 30 <b>Avec le pass sanitaire</b> - Gym Avermes (Corinne JUTIER) - Gym Capucines (Mathias GALTIER) - Méthode Pilates (Dominique VASSEUR) - Scrabble
9	Jeudi	- Marches <b>Avec le pass sanitaire</b> - Tir à l'arc
10	Vendredi	<b>Avec le pass sanitaire</b> - Jeux de cartes - Gym et méthode Pilates à Avermes
13	Lundi	- Marche promenade - Pétanque <b>Avec le pass sanitaire</b> - Gym aquatique
14	Mardi	- Swin golf <b>Avec le pass sanitaire</b> - Activités dansées (groupe débutants) - Badminton

#### OCTOBRE

1er	Vendredi	- Moyenne montagne (1 <sup>ère</sup> sortie voitures) <b>Avec le pass sanitaire</b> - Qi gong - Self défense - Tai chi chuan
2	Samedi	<b>Avec le pass sanitaire</b> - Gym à Bellevue
4	Lundi	<b>Avec le pass sanitaire</b> - Mémoire en éveil <i>(les personnes seront contactées)</i>
7	Jeudi	- Marche nordique <i>Rendez-vous à 9 h 15 à Moladier</i>
8	Vendredi	- Moyenne montagne (1 <sup>ère</sup> sortie bus)
15	Vendredi	- Rando découverte (1 <sup>ère</sup> sortie bus)