



CLUB RETRAITE SPORTIVE AGGLOMÉRATION MOULINOISE

Château de Bellevue – Entrée D – n° 208, 22 rue Aristide Briand 03400 YZEURE – tél 06 86 80 53 92

SAISON 2025/2026

DATES de REPRISE DES DIFFÉRENTES ACTIVITÉS ou SORTIES

lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi	samedi
08/09/2025	09/09/2025	10/09/2025	11/09/2025	12/09/2025	13/09/2025
* Marche promenade	* Yoga (Chantal Goux)	* Promenade bicyclette	* Yoga	* Stretching	* Gym YZATIS
* Vélo à 8 h	* Activité dansée	* Gym Avermes	* Marches (St Menoux)	* Jeux de cartes	
* Pétanque	* Swin golf le matin	* Gym Capucines	* Tir arc (Millepertuis)	* Gym Avermes	
* Tennis	* Tennis de table à 10 h	* Méthode Pilates Capucines	* Tennis	* Méthode Pilates Avermes	
* Tennis de table à 16 h 30	* Badminton à 16 h	* Tennis de table à 16 h	* Tennis table (10 h)	* Body zen	
* Groupe vocal à 17 h		* Scrabble	* Badminton (10 h)	* Pickelball	
	16/09/2025				
	* Disc golf l'après-midi				
22/09/2025		24/09/2025	25/09/2025	26/09/2025	
* Aqua gym rdv 12 h 15		* Qi gong (salle Bellevue)	* Marche nordique	* Sel défense	
				* Tai chi	
				* Aqua gym rdv 12 h 15	
				* Aqua gym rdv 19 h 15	
29/09/2025				OCTOBRE	
* Mémoire en éveil				03/10/2025	
				* Rando moyenne montagne voitures	
				1ère sortie Saint Priest la Prugne	
				10/10/2025	
				* Rando moyenne montagne bus	
				1ère sortie Saint Priest la Prugne	
				17/10/2025	
				* Rando découverte	
				1ère sortie Chateaufort	