

PROGRAMME SPORTIF 2022 -2023

A PARTIR DU 12/09/2022

Inscriptions en ligne recommandées sur le Blog : oisdb.canalblog.com

RENFORCEMENT MUSCULAIRE 120€ l'année

Le lundi à 18H30 salle des Cèdres de Mallemoisson

Le jeudi à 17H00 salle multi activités de Thoard

PILATES 120 € l'année

Le mardi à 18h30 à Mirabeau

Le vendredi à 18H00 salle des Cèdres de Mallemoisson

DOJO DU CHAFFAUT : 120 € l'année

Le jeudi à partir de 18H30

Activité en cours de préparation !



1 activité : 120 € l'année.
2 activités : +20 € l'année.
3 activités : +10 € l'année.

MARDI 09H30

STRETCHING SENIORS à Thoard.
120 € l'année.



19H00

FUTSAL au Gymnase de Carmejane.
60 € l'année. Ados et adultes.



JEUDI 18H00

RANDO (à partir de 14 ans).
130 € l'année.



19H00

BADMINTON au Gymnase de Carmejane.
60 € l'année. Ados et adultes.

20H00

SOPHROLOGIE
Salle Polyvalente de Mallemoisson.
150 € l'année. Ados et adultes

MERCREDI 14H00



ATELIER CREATIF à partir de 6 ans.
(Collage, découpage, dessin, peinture...)
Salle communale de Mirabeau en face du lavoir.
90€ l'année.

VENDREDI 09H30

STRETCHING SENIORS à la salle des Cèdres
de Mallemoisson.
120 € l'année.



SAMEDI

SKI CLUB (à partir de 7 ans).
Sorties encadrées dans les stations du 04 et 05 si
minimum d'inscriptions atteint. Programme dispo
en Novembre.



DIMANCHE

INITIATION VTT ELECTRIQUE
Forfait 10 séances à 150€ ou 20€ par
sorties. Ados et adultes

INFORMATIONS ET INSCRIPTIONS

Office Intercommunal des Sports Duyes et Bléone, Dojo St Pierre – 04510 LE CHAFFAUT

06.77.01.64.14 oisdbj@gmail.com

Jujitsu / Self défense / Taïso (ados, adultes), Tai-chi au DOJO du Chaffaut. Infos au 06.66.87.09.57