

SAISON 2018/2019

Sport & Seniors

UNE OFFRE SPORTIVE POUR LES SENIORS



REPRISE DES ACTIVITÉS LE 24 SEPTEMBRE 2018

RENSEIGNEMENTS MAIRIE DES ULIS | DIRECTION DES SPORTS | 01 69 29 34 13



SAISON 2018/2019

Sport & Seniors

UNE OFFRE SPORTIVE POUR LES SENIORS



REPRISE DES ACTIVITÉS LE 24 SEPTEMBRE 2018

RENSEIGNEMENTS MAIRIE DES ULIS | DIRECTION DES SPORTS | 01 69 29 34 13



*Améliorer sa santé morale et physique,
reprendre une activité sportive en douceur,
s'inscrire dans une activité régulière encadrée
à partager avec ses amis.*

*Améliorer sa santé morale et physique,
reprendre une activité sportive en douceur,
s'inscrire dans une activité régulière encadrée
à partager avec ses amis.*

PENDANT LA PÉRIODE SCOLAIRE : « GYM DOUCE »

Cotisation annuelle de 20€ par personne (2 séances maximum par semaine)

- Lundi de 9h30 à 10h30 au LCR de la Queue d'Oiseau
- Jeudi de 9h30 à 10h30 au LCR de la Queue d'Oiseau
- Mercredi de 11h30 à 12h30 au gymnase des Bathes

Conditions d'accès :

- Être âgée d'au moins 62 ans
- Être retraité et /ou sans activité professionnelle
- Habiter Les Ulis
- Retirer un dossier d'inscription au Service des Aînés*
- Fournir un certificat d'aptitude physique (à remettre le jour de l'inscription)

Dates d'inscriptions : (dans la limite des places disponibles)

Lundi 17 et mardi 18 septembre 2018 de 14h à 17h à l'accueil de la piscine

PENDANT LES VACANCES SCOLAIRES : « AQUAGYM DOUCE »

Tarif à la séance : 1€

- Lundi de 10h à 11h à la piscine des Ulis

Conditions d'accès :

- Être âgé d'au moins 62 ans
- Être retraité et /ou sans activité professionnelle
- Habiter Les Ulis
- S'inscrire auprès du Service des Aînés* la semaine qui précède les vacances scolaires

*Service des Aînés : Espace 128 (1^{er} étage) - 128 avenue des Champs Lasniers - 91940 Les Ulis

PENDANT LA PÉRIODE SCOLAIRE : « GYM DOUCE »

Cotisation annuelle de 20€ par personne (2 séances maximum par semaine)

- Lundi de 9h30 à 10h30 au LCR de la Queue d'Oiseau
- Jeudi de 9h30 à 10h30 au LCR de la Queue d'Oiseau
- Mercredi de 11h30 à 12h30 au gymnase des Bathes

Conditions d'accès :

- Être âgée d'au moins 62 ans
- Être retraité et /ou sans activité professionnelle
- Habiter Les Ulis
- Retirer un dossier d'inscription au Service des Aînés*
- Fournir un certificat d'aptitude physique (à remettre le jour de l'inscription)

Dates d'inscriptions : (dans la limite des places disponibles)

Lundi 17 et mardi 18 septembre 2018 de 14h à 17h à l'accueil de la piscine

PENDANT LES VACANCES SCOLAIRES : « AQUAGYM DOUCE »

Tarif à la séance : 1€

- Lundi de 10h à 11h à la piscine des Ulis

Conditions d'accès :

- Être âgé d'au moins 62 ans
- Être retraité et /ou sans activité professionnelle
- Habiter Les Ulis
- S'inscrire auprès du Service des Aînés* la semaine qui précède les vacances scolaires

*Service des Aînés : Espace 128 (1^{er} étage) - 128 avenue des Champs Lasniers - 91940 Les Ulis