




" Il y a forcément une séance proche de chez vous ! N'hésitez plus, rejoignez-nous ! "

Séance GYM SENIOR 2020-2021

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
<u>DROCOURT</u> de 9h00 à 10h30 Salle de Danse de L'agora, rte d' Arras	<u>LEFOREST</u> de 9h15 à 10h45 Salle du Planty	<u>COURRIERES</u> de 9h30 à 11H00 Salle de l'Harmonie	<u>FACHES-THUMESNIL</u> Groupe 1 de 9h00 à 10h15 Groupe 2 de 10h15 à 11h30 salle Jean Zay 22 Rue de la linière	<u>LIBERCOURT</u> de 10h00 à 11h30 Salle du Cosec, rue Pantigny	<u>AQUAGYM (Carvin)</u> de 10h00 à 11h00 de 11h00 à 12h00 Cabinet des Kinésithérapeutes rue F. Evrard
<u>MONCHEAUX</u> de 09h30 à 11h00 Salle Polyvalente Rue des Ecoles	<u>THUMERIES</u> de 10h00 à 11h30 salles des fêtes rue Léon Blum	<u>EVIN-MALMAISON</u> de 10h00 à 11h30 Salle A. Dutilleul 100 Rue Emile Basly	<u>DOUAI</u> de 10h00 à 11h30 Centre E. Andris, rue Camille Guérin Faubourg de Béthune	<u>NOYELLES-GODAULT</u> de 10h00 à 11h30 salle des fêtes Centre Léo Lagrange	<u>AQUAGYM (Moncheaux)</u> de 09H00 à 10h00 de 10h00 à 11h00 de 11h00 à 12h00 Cabinet des Kinésithérapeutes 310 rue de la gare
<u>COURCELLES-LES-LENS</u> de 14h00 à 15h30 Salle Cathelain rue Gay Lussac	<u>DECHY</u> de 14h00 à 15h30 Centre Socio-Culturel H. Martel rue Saint Avenant	<u>AQUAGYM (Moncheaux)</u> de 15h00 à 16h00 Cabinet des Kinésithérapeutes 310 rue de la gare	<u>CARVIN</u> Groupe 1 de 13h30 à 14h15 Groupe 2 de 14h25 à 15h10 Groupe 3 de 15h25 à 16h10 Groupe 4 de 16h20 à 17h05 Centre Effel rue du Progrès	<u>HENIN-BEAUMONT</u> de 14h15 à 15h45 Salle La Polonia 39 rue E. Gruyelle	
<u>ANGRES</u> de 15h45 à 17h15 Salle des fêtes Place salvador allende	<u>HENIN-BEAUMONT</u> de 15h45 à 17h15 Salle La Polonia 39 rue E. Gruyelle	<u>AQUAGYM (Moncheaux)</u> de 16h00 à 17h00 Cabinet des Kinésithérapeutes 310 rue de la gare	<u>QUINCY</u> de 14h00 à 15h30 Hall multisport Jean Lenne	<u>LAMBRES-LES-DOUAI</u> de 14h00 à 15h30 Maison des Associations rue Goeulzin	
<u>AQUAGYM (Moncheaux)</u> de 19h00 à 20h00 Cabinet des Kinésithérapeutes 310 rue de la gare			<u>AQUAGYM (Moncheaux)</u> de 16h00 à 17h00 Cabinet des Kinésithérapeutes 310 rue de la gare	<u>OIGNIES *</u> de 16h30 à 18h00 Salle de sport Jean-Baptiste Lebas Avenue John Kennedy	
			<u>AQUAGYM (Moncheaux)</u> de 19h00 à 20h00 Cabinet des Kinésithérapeutes 310 rue de la gare	<u>ROUVROY</u> de 16h00 à 17h30 Salle des Acacias Résidence des Acacias	
				<u>AQUAGYM (Moncheaux)</u> de 19h00 à 20h00 Cabinet des Kinésithérapeutes	

Pour plus de renseignements: Gym 06 21 88 55 29 Aquagym 06 61 99 42 65

*APEI Adultes handicapés présents le 2ième et 4ième du mois



Séance Gym spécialisée "GYM SENIOR"

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
	<u>ESAT Douai (établissement)</u> <i>Public Handicapé</i> de 08h30 à 09h30 Douai Dorignies	<u>ESAT Montigny (établissement)</u> <i>Public Handicapé</i> de 08h30 à 09h30 Montigny en gohelle		<u>ESAT RAQUET (établissement)</u> <i>Public Handicapé</i> de 08h00 à 09h00	
	<u>LEFOREST (établissement)</u> EHPAD L'Orée du Bois Avenue F.Mitterrand	<u>MONTIGNY EN OSTREVENT</u> <u>Service Accueil de Jour</u> de 10h30 à 11h30 533 rue de la Fontaine		<u>ESAT Montigny (établissement)</u> <i>Public Handicapé</i> de 08h30 à 09h30	
	<u>SOMAIN</u> <u>Service Accueil de Jour</u> de 10h30 à 11h30				
<u>WASQUEHAL (établissement)</u> de 13h45 à 15h15 Résidence Clairbois 30 Rue Léon Jouhaux	<u>AUBY</u> de 15h00 à 16h00 Foyer Beau séjour 2 rue du grand Marais				
<u>FACHES-THUMESNIL (établissement)</u> de 16h00 à 17h30 Foyer Résidence Arthur François 45 rue Henri Dillies	<u>LAUWIN PLANQUE</u> de 18h30 à 19h30 Association Gym Entretien Renforcement Musculaire		<u>THUMERIES</u> de 19h00 à 20h00 Association taiso Thumeries Renforcement Musculaire		

Pour plus de renseignements:

Gym 06 21 88 55 29

Aquagym 06 61 99 42 65