L'Yonne bouge pour sa santé

Activ'89 Santé

Reprise
mardi 27 septembre
2022

ACTIVITÉS PHYSIQUES ET SPORTIVES ADAPTEES

Objectifs :

Préserver son capital santé.
Lutter contre la sédentarité,
Entretenir le potentiel et les qualités physiques de l'individu.
Favoriser le lien social,
Mieux vieillir et se valoriser.

Ne pas jeter sur la voie pubique

RENSEIGNEMENTS ~ INSCRIPTIONS AU SIÈGE SOCIAL :

Patronage Laïque Paul Bert
8 Passage Soufflot – 89000 Auxerre
Tél : 09.54.30.06.58
Email : plpb@wanadoo.fr ~Site : plpbauxerre.fr

PROGRAMME

(Les cours ont lieu de 10 heures à 11 heures, le mardi)

Du mardi 27 Septembre au mardi 18 octobre 2022
- **Pétanque**
- Lieu : St Georges /Baulches

Du mardi 08 Novembre au mardi 22 novembre 2022
- **Tennis de table**
- Lieu: Gymnase de Villefargeau

Du mardi 29 novembre au mardi 13 décembre 2022
- **Tchoukball**
- Lieu : Gymnase Villefargeau

Du mardi 03 janvier au mardi 05 février 2023
- **Gym douce**
- Lieu : Gymnase Serge Mésonès

Du mardi 21 février au mardi 07 mars 2023
- **Sarbacane**
- Lieu : Gymnase Serge Mésonès

Du mardi 14 mars au 04 avril 2023
- **Foot golf**
- Lieu : Stade Auxerrois

Du mardi 25 avril au 16 mai 2023
- **Disc golf**
- Lieu: Gymnase Serge Mésonès

Du mardi 23 mai au 13 juin 2023
- ***Tir à l'arc***
- Lieu: Terrain chemin des montardoins

DES SORTIES SERONT PROPOSÉES AU COURS DE L'ANNÉE. (une participation financière peut être demandée).

FICHE D'INSCRIPTION (2022/2023)

NOM .....

PRENOM .....

date de naissance .....

N°sécurité sociale .....

ADRESSE .....

.....

VILLE ……. ……. Code postal.....

Tél : .....

E-mail : .....

Tél (personne à contacter en cas d'urgence) .....

droit à l'image (pour utilisation et publication d'images) ☐ non

Tarif inscription : **90 euros** pour l'année

(Joindre le paiement à l'inscription, chèque à l'ordre du P.LP.B.)

- Bilan de santé au centre d'examens de santé à Auxerre *(sauf s'il a été effectué depuis moins de 2 ans, dans ce cas fournir un certificat médical).*