 Retrouvez les adresses des lieux
de pratique en fin de document



lundi



**Renforcement musculaire**

10:00 - 11:00

Adultes
Familles
Séniors
Personnes
handicapées
Adolescents
Femmes
enceintes
Avec
prescription
médicale

Débutant

SALLE DE L' ANNEXE
MAIRIE**Prévention des chutes**

11:00 - 12:00

Adultes
Familles
Séniors
Personnes
handicapées
Adolescents
Femmes
enceintes
Avec
prescription
médicale

Débutant

SALLE DE L' ANNEXE
MAIRIE**Cardio-respi**

12:30 - 13:30

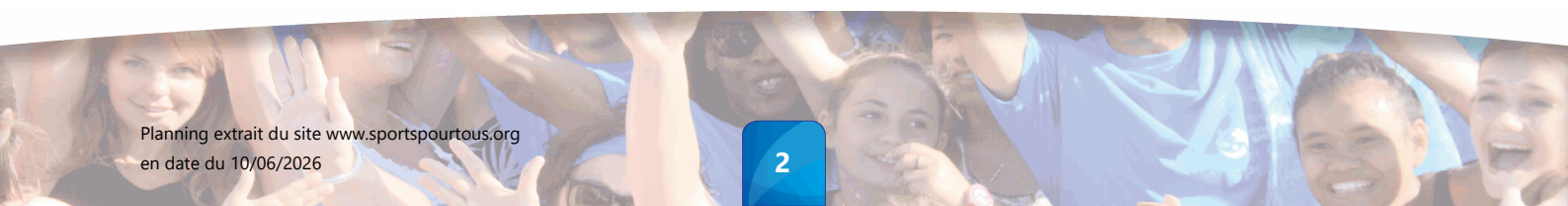
Adultes
Familles
Séniors
Adolescents
Avec
prescription
médicale

Confirmé

SALLE DE L' ANNEXE
MAIRIE**Cardio-respiratoire**

17:00 - 18:30

Adultes
Séniors
Personnes
handicapées
Adolescents
Femmes
enceintes
Avec
prescription
médicale

Débutant
ConfirméCENTRE DE
CARDIOLOGIE



mardi



08:30 - 09:30



Adultes
Familles
Séniors
Personnes
handicapées
Adolescents
Femmes
enceintes
Avec
prescription
médicale



Débutant



SALLE DE L' ANNEXE
MAIRIE



Full body

10:00 - 11:00

Adultes
Familles
Séniors
Personnes
handicapées
Adolescents
Femmes
enceintes
Avec
prescription
médicale

Débutant
Confirmé

SALLE DE L' ANNEXE
MAIRIE

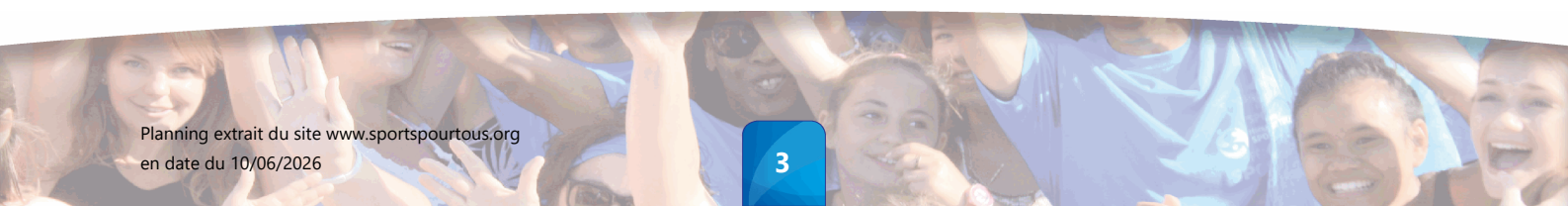
Pilates

11:15 - 12:15

Adultes
Familles
Séniors
Personnes
handicapées
Adolescents
Femmes
enceintes
Avec
prescription
médicale

Débutant
Confirmé

SALLE DE L' ANNEXE
MAIRIE





Cardio-respi confirmé	12:30 - 13:30	Adultes Familles Séniors Personnes handicapées Adolescents Femmes enceintes Avec prescription médicale	Confirmé	SALLE DE L' ANNEXE MAIRIE
Circuit cardio training	17:30 - 18:30	Adultes Familles Séniors Personnes handicapées Adolescents Femmes enceintes Avec prescription médicale	Débutant Confirmé	SALLE DE L' ANNEXE MAIRIE
Relaxation / Lacher prise	18:30 - 19:30	Adultes Familles Séniors Personnes handicapées Adolescents Femmes enceintes Avec prescription médicale	Débutant Confirmé Expert	SALLE DE L' ANNEXE MAIRIE



mercredi





**Séance APA sans thème
spécifique**

09:00 - 10:00

Adultes
Familles
Séniors
Personnes
handicapées
Adolescents
Femmes
enceintes
Avec
prescription
médicale

Débutant

SALLE DE L' ANNEXE
MAIRIE

Stretching

09:00 - 10:00

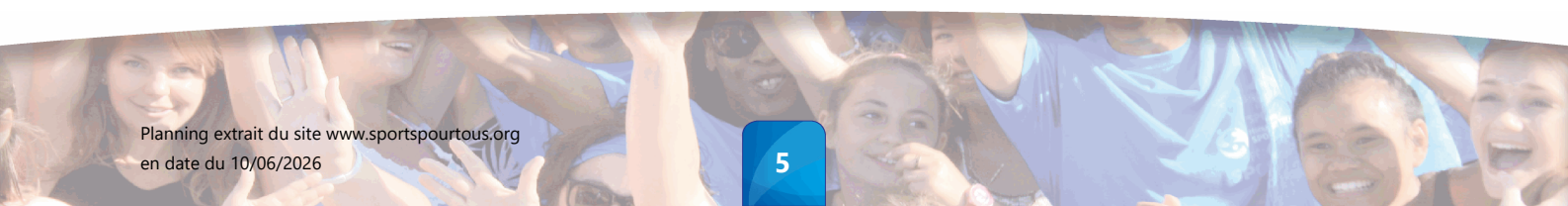
Adultes
Familles
Séniors
Personnes
handicapées
Adolescents
Femmes
enceintes
Avec
prescription
médicale

Débutant
Confirmé

SALLE DE L' ANNEXE
MAIRIE



jeudi





Gym sur chaise

08:00 - 09:00

Adultes
Familles
Séniors
Personnes
handicapées
Adolescents
Femmes
enceintes
Avec
prescription
médicale

Débutant
Confirmé

SALLE DE L' ANNEXE
MAIRIE

MARCHES SANTE. Créneaux à définir

13:00 - 17:00

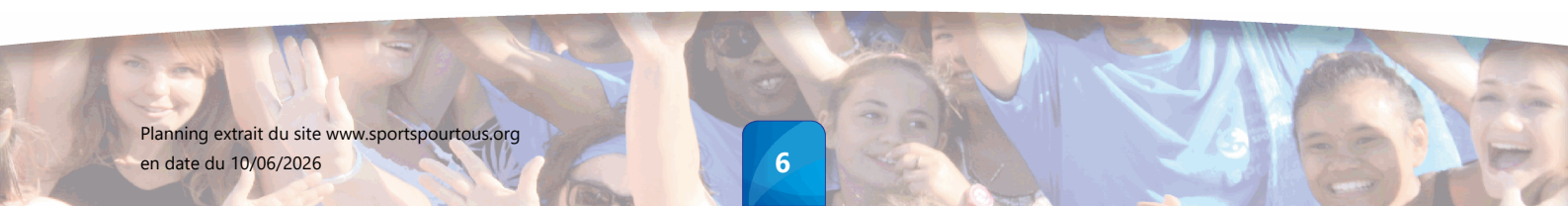
Adultes
Familles
Séniors
Adolescents
Avec
prescription
médicale

Débutant
Confirmé

SALLE DE L' ANNEXE
MAIRIE



vendredi





APA sans thème

10:30 - 11:30

Adultes
Familles
Séniors
Personnes
handicapées
Adolescents
Femmes
enceintes
Avec
prescription
médicale

Débutant

SALLE DE L' ANNEXE
MAIRIE

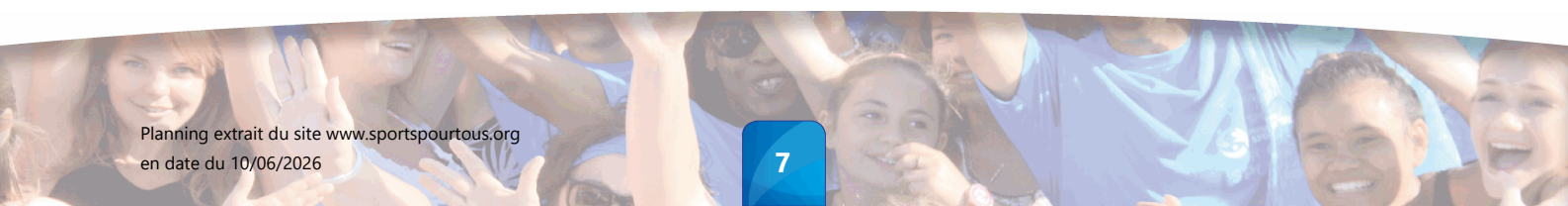
Full body

12:15 - 13:15

Adultes
Familles
Séniors
Personnes
handicapées
Adolescents
Femmes
enceintes
Avec
prescription
médicale

Confirmé

SALLE DE L' ANNEXE
MAIRIE





Lieux & contacts



Siège

ASSOCIATION MAISON SPORT SANTE DE PERPIGNAN
220 AVENUE ECOLE - MAS DELFAU -
TECNOSUD 2
66100 PERPIGNAN
T 06 20 65 12 60
maisonsportsanteperpignan@gmail.com



Lieux de pratique

CENTRE DE CARDIOLOGIE

12 BOULEVARD FELIX MERCADER
66000 PERPIGNAN

CLINIQUE DE POSTUROLOGIE

220 AVENUE ECOLE
66100 PERPIGNAN

SAMSAH / SAVS L'ENVOL

2094 CHEMIN DE MAILLOLES
66000 PERPIGNAN

VIVR'ALLIANCE

3 ALLÉE ZEPHYR
TECNOSUD 2
66100 PERPIGNAN

CLARICIA

20 RUE DE CERDAGNE
66280 SALEILLES

SALLE DE L' ANNEXE MAIRIE

RUE PIERRE BRETONNEAU
66100 PERPIGNAN

UNADEV

8 RUE DES VARIÉTÉS
66000 PERPIGNAN

