



ACTIVITES 2026-2027

	MODANE	ST MICHEL	ST JULIEN	ST JEAN	LA CHAMBRE
LUNDI	TAÏ CHI 09h30 - 11h00 salle 2ème étage place de l'Europe + Salle N°3. À partir du 14/09	JEUX DE CARTES 14h00-18h00 La Falaise	GYM 09h00-10h00 10h15-11h15 Jauge 50 pers Salle la Croix des Têtes. A/C 21/09	GYM DOUCE ET REPRISE D'ACTIVITES 09h00-10h00 - Salle pré-Copet 2 sessions dans l'année Jauge 25 pers - A/C 21/09 ACTIV'MEMOIRE 14h30-15h30 2 sessions dans l'année Salle pré-Copet Jauge 20 pers - A/C 05/10 PETANQUE Stade Gavarini 14h00 - 16h30 16h30 - 17h00 perfectionnement RDV 13h45 - A/C 31/08 TIR A L'ARC Débutants 16h30-18h00 Gymnase Berthier Jauge 40 pers - A/C 07/09	YOGA 10h00-11h15 Espace Maurice Perrier Jauge 50 pers - A/C 21/09
MARDI	AQUAGYM 16h00-17h00 A/C du 01/09			TAÏ CHI 09h00-10h00 - Salle Pré-Copet Jauge 25 pers - A/C 22/09 QI-GONG 10h15-11h30 Salle Pré-Copet Jauge 25 pers - A/C 22/09	
MERCREDI		ACTIV'MEMOIRE 9h00-10h00 2 sessions dans l'année Salle polyvalente / La Falaise Jauge 20 pers A/C 16/09 Session 1 : 16/09 au 10/02/27 Session 2 : 03/03 au 30/06/27	YOGA 10h00-11h15 Salle la Croix des Têtes A/C 23/09	GYM 09h00-10h00 / 10h15-11h15 Salle des Chaudannes Jauge 40 pers - A/C 23/09 JEUX DE CARTES 14h00-18h00 Centre Louis Armand PETANQUE 14h00-16h30 Rue de l'Arc Stade Gavarini RDV 13h45 - A/C 02/09 TIR A L'ARC 16h30-18h30 Gymnase Berthier Jauge 40 pers - A/C 02/09	ACTIV'MEMOIRE 11h00-12h00 2 sessions dans l'année - Salle de classe « Ecole La Chambre » Jauge 20 pers - A/C 16/09 Session 1 : 16/09 au 10/02/27 Session 2 : 03/03 au 30/06/27

MISE A JOUR LE 10/08/2026

	MODANE	ST MICHEL	ST JULIEN	ST JEAN	LA CHAMBRE
JEUDI	GYM 09h00-10h00 10h15-11h15 Salle 2ème étage Place de l'Europe, A/C 17/09 ou 24/09 MARCHE NORDIQUE 13h30-15h30	YOGA 09h00-10h15 Dojo A/C 17/09		QI GONG 09h00-10h15 Salle L.Durbet (grande salle) à Hermillon - A/C 24/09 TAÏ CHI 10h15-11h30 Salle L. Durbet (grande salle) à Hermillon - A/C 24/09 MARCHE NORDIQUE MARCHE DE PROXIMITE 14h00-16h00	GYM 09h00-10h00 10h15-11h15 Espace Maurice Perrier A/C 24/09
VENDREDI	YOGA 8h30-09h45 2ème étage place de l'Europe A/C 25/09 ACTIV'MEMOIRE 10h00-10h45 : 2 sessions dans l'année - 2ème étage. Place de l'Europe Jauge 15 pers - A/C 09/10 AQUAGYM 16h00-17h00 A/C du 01/09	GYM 09h00-10h00 Salle Polyvalente ou Dojo A/C 18/09 AQUAGYM 11h00-12h00 A/C 04/09 JEUX DE CARTES 14h00-18h00 La Falaise AQUAGYM (ouvert à tous) Inscription sur place 19h00-19h45 5 séances 35€+ entrées A/C 04/09	DANSE COUNTRY 14h00-15h00 NOVICES (connaissant la technique de la country) 15h00-16h00 DEBUTANTS (connaissant les pas de base) 16h00-17h00 DEBUTANTS ABSOLUS (n'ayant jamais fait de danse country mais qui intégreront le cours débutant en cours de saison) Salle de la Croix des Têtes ou salle Croix Blanches A/C 18/09	YOGA 09h00-10h15 Salle Pré-Copet - A/C 25/09 Jauge 35 pers GYM DIVERSES (Intervenants : Maitre-nageur du centre aquatique) 11h15-12h15 Salle Pré Copet Jauge 25 pers A/C 25/09 à confirmer TIR A L'ARC 15h00-17h00 Gymnase Berthier Jauge 40 pers - A/C 04/09 PETANQUE 14h00-16h30 Stade Gavarini RDV 13h45 - A/C 04/09	DANSE EN LIGNE Espace M. Perrier (Mezzanine) PREMIERS PAS 13h30-14h00 : De septembre à décembre 2026 DEBUTANTS 14h00-15h00 DANSE EN LIGNE INTERMEDIAIRES 15h00-16h00 DANSE EN COUPLE 16h00-17h30 APRES MIDI DANSANTE (Un samedi par mois) 17h00 à 18h30 Poursuite apprentissage ou stage 18h30 à 20h30 Pour tous les danseurs en couple : pratique de la danse

MARDI : Décembre à Avril : Ski de fond, Raquettes et Marche sur chemins enneigés. Programme « hiver » disponible fin novembre.

Mai à Septembre : Randonnées alpines à la journée. Programme « Randonnées de l'été » disponible en mai.

JEUDI : Janvier à Avril : Ski alpin à la journée. Programme « ski alpin » disponible fin novembre. Séjour Ski Raquettes mars 2027 (complet)

Tir à l'arc : Participation financière de 20 euros pour l'achat de fournitures

Vélo : Sortie à la demi-journée ou à la journée d'avril à août. Séjour septembre 2026 (complet)

Danse : Séjour décembre 2026 (complet)

RV sur le site : <http://maurienneseniors.legtux.org> pour retrouver tous les programmes.

Aquagym St Jean : Centre nautique de St Jean fermé pour travaux de rénovation pour une durée de 10 mois minimum à compter de cet été.

MISE A JOUR LE 10/08/2026