

Retraite Sportive Clermontoise

email : rscclermont@sfr.fr

Planning et prix des activités					Saison 2023-2024	
ACTIVITES	Lieux	Jours	Horaires		Montant annuel	
Danse collective (1)	Salle Leclanché	lundi (Christine & Michelle)	13h30-15h15	1	10 € par option	
		lundi (Christine & Michelle)	15h15-17h00	2		
Zumba gold	Salle Leclanché	Jeudi (Agnès)	10h00-11h00	1	60 €	
Billard français	Maison des Sports	Samedi	14h00-17h00	1	10 €	
Gymnastiques	Douce	Maison des Sports	Mardi (Nathalie) salle Lutte	11h00-12h00	1	60 € par option
	Entretien	Maison des Sports	Mardi (Julien) salle Judo	08h00-09h00	2	
				09h00-10h00	3	
		Marcombes	Jeudi (Julien)	09h00-10h00	4	
	Tonique/Entretien	Maison des Sports	Mercredi (GE63) salle Lutte	09h00-10h00	5	
Equilibre/Entretien	10h00-11h00			6		
Stretching	Maison des Sports	Lundi (Muriel) salle Lutte	10h00-11h00	1	60 € par option	
			11h00-12h00	2		
		Jeudi (Muriel) salle Lutte	09h00-10h00	3		
			11h00-12h00	4		
		Vendredi (Muriel) salle Judo	08h00-09h00	5		
			09h00-10h00	6		
	Gymnase Fleury	Mardi (Muriel)	08h30-09h30	7		
	Marcombes	Jeudi (Muriel)	16h00-17h00	8		
Pilates	Maison des Sports	Mercredi (Muriel) salle Lutte	11h20-12h20	1	60 € par option	
		Jeudi (Muriel) salle Judo	10h00-11h00	2		
		Vendredi (Muriel) salle Judo	11h20-12h20	3		
	Marcombes	Jeudi (Muriel)	15h00-16h00	4		
Gymnastique Aquatique (2)	P.de COUBERTIN(3)	Lundi (Romaric)	11h15-12h00	1	110 € par option (entrée à la piscine comprise)	
		Jeudi (Romaric)	11h15-12h00	2		
		Vendredi (Romaric)	11h15-12h00	3		
	COURNON	Mardi (Sylvain)	12h00-12h45	4		
			12h45-13h30	5		
	COUBERTIN	Lundi (Julien)	08h00-08h50	6		
		Mercredi (Julien)	08h00-08h50	7		
		Vendredi (Julien)	09h00-09h50	8		
	FLAMINA (Jacques Magnier)	Mardi (ASPTT)	11H15-12h00	9b		
		Jeudi (ASPTT)	11h15-12h00	10b		
Natation (2)	Apprentissage	P.de COUBERTIN (3)	Lundi (Julien) débutants	11h15-12h00	1	65 € par option (entrée piscine comprise)
			Vendredi (Julien) perfectionnement	11h15-12h00	2	
	Libre	P.de COUBERTIN (3)	Lundi (Julien) 5 lignes d'eau	11h15-12h00	1	
			Mardi (Julien) 2 lignes d'eau	11h15-12h00	2	
			Jeudi (Julien) 2 lignes d'eau	11h15-12h00	3	
Vendredi (Julien) 5 lignes d'eau	11h15-12h00	4				
Randonnée pédestre	selon planning sur le site internet du CODERS63	Mardi	13h30-17h30	1	10 € par option	
		Vendredi	13h30-17h30	2		
Swin-Golf	Stade Foot SAYAT	Lundi	14h00-16h00	1	10 €	
Tennis	Spécial Seniors	Stade Ph.Marcombes	Mardi	08h30-11h30	1	10 € par option
				09h30-11h30	2	
	de Table	Stade THEVENET	Jeudi	14h00-16h00	1	10 €
Tir à l'arc	Hiver	Maison des Sports	Vendredi salle Archerie	14h00-16h30	1	20 €
	Eté	Stade Cartoucherie	Vendredi	14h00-17h00		
Yoga	Maison des Sports	Lundi (Bernard) salle Lutte	09h00-10h00	1b	20 € par option	
		Mardi (Bernard) salle Lutte	09h00-10h00	2b		
Hatha Yoga	Gymnase Fleury	Vendredi (Sylvie)	09h00-10h00	1	60 €	
Pétanque	Chateaugay	Lundi	14h30-17h00	1	10 €	
Badminton (4)	Gymnase Curie	Lundi (Kevin)	10h00-12h00	1	60 €	
Marche Nordique	selon planning sur le site internet du CODERS63	Mercredi (Michel)	13h30-16h30	1	40 €	

(1) Danse : Plus d'inscriptions acceptées après le 31/10.

(2) Piscines : Pour les piscines de Coubertin, Chamalières et Cournon, une carte d'accès spécifique [selon option(s)] vous sera remise par la Retraite Sportive Clermontoise contre signature. La carte devra être rendue en fin de saison. 2€ seront demandés à tout nouvel adhérent et pour tout renouvellement si la carte de la saison précédente n'a pas été rendue.

(3) En raison des travaux de rénovation non terminés sur la Piscine de Chamalières, les créneaux sont reconduits sur le Centre Aquatique P.de Coubertin dans lequel les lignes d'eau attribuées sont de 25m. (nous vous tiendrons informés en cas changement dans le courant de la saison)

(4) Badminton : Présence de l'animateur de 10h30 à 11h30.

Reprise des activités le >> **lundi 18 septembre 2023.**

sauf pour DANSE reprise le >> **lundi 2 Octobre 2023.**

Fin des activités le vendredi 21 juin 2024.

Rappel : pour l'ensemble des activités, les cours prévus un jour férié ne seront pas remplacés. De même, en cas d'absence à un ou plusieurs cours, ceux-ci ne pourront en aucun cas être récupérés.