

Sur la Communauté Intercommunale du Nord (CINOR) – Niveau 1 – Adultes



Saint-Denis

Type d'activité	Activités	Jour	Horaires	Lieu	Structure référente (1)	Structure conventionnée (2)	Coordonnées (1)
En plein air	Renforcement musculaire	Mercredi	8h30 à 9h30	Parc de la Trinité – St Denis	ADN 974		02.62.97.47.00 contact@adn974.re
En plein air	Marche nordique	Vendredi	8h30 à 9h30	Parc de la Trinité – St Denis	ADN 974		02.62.97.47.00 contact@adn974.re
En salle	Renforcement musculaire	Mercredi	11h00 à 12h00	Salle mairie annexe de la Providence – St Denis	ADN 974		02.62.97.47.00 contact@adn974.re
En salle	Gym douce	Mardi	8h30 à 9h30	Salle MEP St Bernard La Montagne – St Denis	ADN 974		02.62.97.47.00 contact@adn974.re
En salle	Renforcement musculaire	Mardi	15h30 à 16h30	Salle MAIL du Chaudron – Ste Clotilde	ADN 974		02.62.97.47.00 contact@adn974.re
En plein air	Marche active	Mercredi	7h30 à 8h30	Parc de la Trinité – St Denis	ADN 974		02.62.97.47.00 contact@adn974.re
En plein air	Gym douce	Vendredi	7h30 à 8h30	Parc de la Trinité – St Denis	ADN 974		02.62.97.47.00 contact@adn974.re
En salle	Renforcement musculaire	Mercredi	17h00 à 18h00	Salle Citedi Doret – St Denis	ADN 974		02.62.97.47.00 contact@adn974.re

En salle	Renforcement musculaire	Vendredi	11h00 à 12h00	Salle Citedi Doret – St Denis	ADN 974		02.62.97.47.00 contact@adn974.re
----------	-------------------------	----------	---------------	-------------------------------	---------	--	-------------------------------------

Sainte-Suzanne

Type d'activité	Activités	Jour	Horaires	Lieu	Structure référente (1)	Structure conventionnée (2)	Coordonnées (1)
En salle	Renforcement musculaire / Gym tonique	Lundi	9h30 à 10h30	Salle des fêtes Bocage – Ste Suzanne	ADN 974		02.62.97.47.00 contact@adn974.re