

## Sur le Territoire Communal de la Côte Ouest – Niveau 2 – Adultes



### Saint-Paul

Type d'activité	Activités	Jour	Horaires	Lieu	Structure référente (1)	Structure conventionnée (2)	Coordonnées (1)
En piscine	Aqua santé	Lundi	18h00 à 18h45	Saint-Paul centre	OMS de Saint-Paul	AQUABIENETRE	02.62.45.91.96 contact@oms-saintpaul.re
En piscine	Aqua santé	Jeudi	11h15 à 12h00	Plateau Caillou	OMS de Saint-Paul	AQUABIENETRE	02.62.45.91.96 contact@oms-saintpaul.re
En piscine	Aqua santé	Jeudi	18h45 à 19h30	Saint-Paul Centre	OMS de Saint-Paul	AQUABIENETRE	02.62.45.91.96 contact@oms-saintpaul.re
En salle / En plein air	Aqua santé Parcours de santé	Lundi	16h30 à 17h15	Mont roquefeuil	OMS de Saint-Paul	MALONAZE SANTE	02.62.45.91.96 contact@oms-saintpaul.re
En salle / En plein air	Aqua santé Parcours de santé	Lundi	12h30 à 13h15	Mont roquefeuil	OMS de Saint-Paul	MALONAZE SANTE	02.62.45.91.96 contact@oms-saintpaul.re
En salle / En plein air	Aqua santé Parcours de santé	Jeudi	17h30 à 18h15	Mont roquefeuil	OMS de Saint-Paul	MALONAZE SANTE	02.62.45.91.96 contact@oms-saintpaul.re
En salle / En plein air	Aqua santé Parcours de santé	Mardi	17h30 à 18h15	Mont roquefeuil	OMS de Saint-Paul	MALONAZE SANTE	02.62.45.91.96 contact@oms-saintpaul.re

En salle	Gymnastique douce	Mercredi	13h30 à 14h30	Grand Fond	OMS de Saint-Paul	COACH APA	02.62.45.91.96 contact@oms-saintpaul.re
En salle	Gymnastique douce	Jeudi	15h30 à 16h30	Bois de Nèfles	OMS de Saint-Paul	COACH APA	02.62.45.91.96 contact@oms-saintpaul.re
En salle	Circuit training	Mercredi	16h30 à 17h30	Site à cocoteraie	OMS de Saint-Paul	COACH APA	02.62.45.91.96 contact@oms-saintpaul.re
En plein air	Marche nordique	Lundi	17h00 à 18h30 (hiver) 16h30 à 18h00 (été)	Saint-Gilles les bains	OMS de Saint-Paul	MARCHE NORDIQUE REUNION	02.62.45.91.96 contact@oms-saintpaul.re
En plein air	Marche nordique	Samedi	7h30 à 9h00	Saint-Gilles les bains	OMS de Saint-Paul	MARCHE NORDIQUE REUNION	02.62.45.91.96 contact@oms-saintpaul.re
En piscine	Aqua santé	Vendredi	11h00 à 12h00	Piscine privée des Aquanautes Saint-Gilles les bains	OMS de Saint-Paul	AQUANAUTES	02.62.45.91.96 contact@oms-saintpaul.re
En plein air	Marche santé	Mercredi	15h00 à 16h00	Saint-Paul centre	OMS de Saint-Paul	ADN 974	02.62.45.91.96 contact@oms-saintpaul.re
En piscine	Nagez Forme santé	Mardi	18h00 à 18h50	Saint-Paul centre	OMS de Saint-Paul	ASEC	02.62.45.91.96 contact@oms-saintpaul.re
En piscine	Aqua Santé	Jeudi	18h00 à 18h50	Saint-Paul centre	OMS de Saint-Paul	ASEC	02.62.45.91.96 contact@oms-saintpaul.re
En salle	Pilates	Samedi	9h00 à 10h00	Locaux de terre de Sport Saint-Paul centre	OMS de Saint-Paul	LEVENT Mélissa	02.62.45.91.96 contact@oms-saintpaul.re
En salle	Yoga	Samedi	10h00 à 11h00	Locaux de terre de Sport Saint-Paul	OMS de Saint-Paul	LEVENT Mélissa	02.62.45.91.96 contact@oms-

				Paul centre			saintpaul.re
En plein air	Pilates	Mercredi	9h00 à 10h00	Plage de boucan	OMS de Saint-Paul	LEVENT Mélissa	02.62.45.91.96 contact@oms-saintpaul.re
En plein air	Renforcement musculaire, Circuit training et stretching	Samedi	10h00-11h00	Front de Mer de Saint Paul	OMS de Saint-Paul	QUERE Ronan	02.62.45.91.96 contact@oms-saintpaul.re
En plein air	Renforcement musculaire, Circuit training et stretching	Mardi	16h30 à 17h30	Front de Mer de Saint Paul	OMS de Saint-Paul	QUERE Ronan	02.62.45.91.96 contact@oms-saintpaul.re
En plein air	Musculation, Stretching	Mercredi	10h00-11h00	Front de Mer de Saint Paul	OMS de Saint-Paul	QUERE Ronan	02.62.45.91.96 contact@oms-saintpaul.re
En salle	Circuit training	Mercredi	10h30-11h30	Case du Hangar	OMS de Saint-Paul	VITAL SPORT SANTE	02.62.45.91.96 contact@oms-saintpaul.re
En piscine	Posturale, renforcement doux et relaxation	Vendredi	10h00 à 11h00	Piscine privée des Aquanautes Saint-Gilles les bains	OMS de Saint-Paul	JEREMIE MOUTON	02.62.45.91.96 contact@oms-saintpaul.re
En salle	Gym douce	Mardi	8h30 à 9h30	Salle local de la Balance Feurimont – St Paul	ADN 974		02.62.97.47.00 contact@adn974.re
En salle	Renforcement musculaire	Mardi	10h à 11h	Salle ravine Daniel – St Paul	ADN 974		02.62.97.47.00 contact@adn974.re
En salle	Gym douce	Jeudi	9h00 à 10h00	Salle Maison pour tous la saline – St Paul	ADN 974		02.62.97.47.00 contact@adn974.re
En plein air	Marche active / marche nordique	Mercredi	15h00 à 16h00	Parcours de santé – St Paul	ADN 974		02.62.97.47.00 contact@adn974.re

En salle	Gym douce	Mardi	15h00 à 16h00	Salle polyvalent Eperon – St Paul	ADN 974		02.62.97.47.00 contact@adn974.re
----------	-----------	-------	---------------	--------------------------------------	---------	--	-------------------------------------