

PLANNING DES ACTIVITÉS

SPORT SANTÉ CHARENTE

2023-2024



SECTEUR SUD CHARENTE



Ateliers en salle



Ateliers balnéo



Sorties marche nordique

ATELIERS EN SALLE - BARBEZIEUX

| | LUNDI | MARDI | MERCREDI | JEUDI | VENDREDI |
|-----|-----------------------|-------------------|-------------------|-----------------------|---------------|
| 17H | Circuit APA | Circuit APA | Circuit APA | Circuit APA | Circuit APA |
| 18H | Circuit actif | Circuit actif | Circuit actif | Circuit actif | Circuit actif |
| 19H | Circuit dynamique | Circuit dynamique | Circuit dynamique | Circuit dynamique | |
| 20H | Séance prépa physique | | | Séance prépa physique | |

ATELIERS EN SALLE - BAINES

| | LUNDI | MARDI | MERCREDI | JEUDI | VENDREDI |
|-----|-------------|-------|----------|-------|----------|
| 16H | Circuit APA | | | | |

SALLE POLYVALENTE DE BAINES

Rue Baptiste ROUSSY
16360 BAINES SAINTE RADEGONDE



ATELIERS BALNÉO - BARBEZIEUX

| | LUNDI | MARDI | MERCREDI | JEUDI | VENDREDI |
|-----|-------|-------|-------------------|-------|----------|
| 15H | | | Circuit douceur | | |
| 16H | | | Circuit douceur | | |
| 17H | | | Circuit douceur | | |
| 18H | | | Circuit dynamique | | |
| 19H | | | Circuit dynamique | | |
| 20H | | | Circuit dynamique | | |

CENTRE HOSPITALIER DU SUD CHARENTE

Service de rééducation
Route de saint bonnet
16300 BARBEZIEUX SAINT HILAIRE



SORTIES MARCHE NORDIQUE

| | JEUDI | SAMEDI |
|--|-------------------------------|-------------------------------|
| 09H (horaire d'hiver) 08H45 (horaire d'été) | | Niveau intermédiaire et sport |
| 14H (horaire d'hiver) 08h45 (horaire d'été) | Niveau santé et intermédiaire | |

CO-VOITURAGE MARCHENORDIQUE

Parking de la médiathèque
16300 BARBEZIEUX SAINT HILAIRE

13H30 le Jeudi et 8h30 le samedi



SECTEUR ROULLET SAINT ESTÈPHE



Ateliers en salle



Ateliers balnéo

ATELIERS BALNÉO - CSSR LES GLAMOTS

| | LUNDI | MARDI | MERCREDI | JEUDI | VENDREDI |
|-----|-----------------|-------|-----------------|-------|----------|
| 14H | Circuit douceur | | Circuit douceur | | |
| 15H | Circuit actif | | Circuit actif | | |

ATELIERS COURS EN SALLE

| | LUNDI | MARDI | MERCREDI | JEUDI | VENDREDI |
|-----|-------|-------|----------|-------|-------------|
| 14H | | | | | Circuit APA |
| 15H | | | | | Circuit APA |

CSSR LES GLAMOTS

5 allées des Glamots
16440 ROULLET SAINT ESTÈPHE



SECTEUR COGNAC



Ateliers en salle

ATELIERS EN SALLE - CENTRE AQUA X'EAU

| | LUNDI | MARDI | MERCREDI | JEUDI | VENDREDI |
|-----|-------------|-------------|----------|-------------|-------------|
| 09H | | Circuit APA | | | |
| 10H | Circuit APA | | | Circuit APA | |
| 11H | | | | Circuit APA | |
| 12H | | | | | |
| 13H | | | | | |
| 14H | | | | | Circuit APA |

Centre aquatique X'EAU

1 place de l'azurée
16100 CHATEAUBERNARD



HORAIRES D'OUVERTURES

MAISON SORT SANTÉ



BARBEZIEUX



Maison médicale
23 av. Charles Virolleau
16300 BARBEZIEUX ST HILAIRE



Jours et heures d'ouverture :
Lundi 8h30 - 12h30 et 14h - 16h30
Mardi 14h - 17h
Mercredi 8h30 - 12h30
Vendredi 8h30 - 12h30 et 14h -
16h30



06 04 45 37 00

COGNAC



Centre aquatique X'eau
1 place de l'azuré
16100 CHATEAUBERNARD



Jours et heures d'ouverture :
lundi 10h - 12h30 et 13h30 - 16h30
mardi 8h30 - 12h et 13h30 - 16h30
jeudi 8h30 - 12h
Vendredi 8h30 - 12h30 et 13h30 -
16h



06 04 45 37 00