

# 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 ESTEPHE



# 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'OUVERTURE

## MAISON SPORT SANTÉ 2023-2024



### 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