

Programme des activités 2024 - 2025



Futsal

Football de loisir en salle

Lundi 20H-22H salle polyvalente

1ère séance : 2 septembre 2024

Contact: M Britschu 06 59 72 34 24

Tarif: 25€/an

Nouveau

Soirée jeux

Adultes et enfants

Vous pouvez apporter vos jeux préférés, ainsi que boissons et snacks (pas de vente sur place)

2ème vendredi du mois 19H30 Maison Villageoise

13 septembre / 11 octobre / 8 novembre / 13 décembre ...

Contact: Mme Ringenbach 06 64 05 37 61

Tarif: activité gratuite

Marche Nordique

Sport Santé

Marche dynamique en pleine nature*, séquences cardios, renforcement musculaire et étirements

Prévoir si possible des batons de marche nordique

Jeudi 15H-16H30 départ salle polyvalente

1ère séance : 12 septembre 2024

Contact: Mme Rubiero 06 09 35 34 81 diplômée d'état

Tarif: 145€/an

Badminton

Activité de loisir

Mercredi 20H00-22H00 salle polyvalente

1ère séance : 11 septembre 2024

Contact: M Schwartz 03 89 48 34 53

Tarif: 25€/an

Gymnastique "Bien-être"

Habilité motrice, équilibre, exercices de respiration, de détente et de mémoire

Pour garder la santé et le moral !

1er cours d'essai gratuit

Jeudi 9H-10H salle polyvalente

1ère séance : 12 septembre 2024

Contact: Mme Rubiero 06 09 35 34 81 diplômée d'état

Tarif: 140€/an

Marche détente

Promenade dans les alentours du village*

Vendredi 13H30-16H00 départ salle polyvalente

1ère séance : 13 septembre 2024

Contact: Mme Wegerich 03 89 48 34 48

Tarif: activité gratuite

Pilates

Exercices posturaux et en mouvement, en synergie avec la respiration, sollicitant tous les muscles profonds.

Pour ré-équilibrer son corps

Emporter votre tapis de sol personnel

Vendredi 17H30-18H30 salle polyvalente

1ère séance : 13 septembre 2024

Contact: Mme Rubiero 06 09 35 34 81 diplômée d'état

Tarif: 180€/an

Club Belle époque

(65 ans et +)

Dernier mardi du mois 14H Maison Villageoise

Contact: Mme Jardin et Schmidlin

Tarif: gratuit (subventionné par la commune)

L'assurance est incluse dans le tarif indiqué pour chaque activité. A partir de la 2ème activité une réduction de 10 € sera appliquée
Les activités sont ouvertes à tous. Les cours débiteront avec un minimum de 8 inscriptions

Envie de mettre en place une nouvelle activité ou de rejoindre les rangs de l'association ? Contactez-nous ! aclpetitlandau@gmail.com

*Certaines séances des activités en plein air (Marche détente et Marche Nordique) sont susceptibles d'être annulées en cas de mauvais temps.

Ne pas jeter sur la voie publique