

# À VOS BASKETS !

## LES RDV SPORTIFS INTERGÉNÉRATIONNELS

Du 10 au 21  
février 2025



### Côté jeunesse Ados

#### MAR 11 FEV

RDV au gymnase Karine C 9h00-12h00:  
multisport et sport nature

#### MERC 12 FEV

RDV au gymnase Karine C 9h00-12h00:  
multisport et sport nature

#### JEU 13 FEV

RDV au gymnase Karine C 9h00-12h00:  
multisport et sport nature

#### LUN 17 FEV

RDV au gymnase Karine C  
14h00-18h00: sports collectifs

#### MAR 18 FEV

RDV au gymnase Karine C  
9h00-12h00: multisport et sport  
nature

# Côté remise en forme Adultes/Seniors

## LUN 10 FEV

RDV au BAGGERSEE

14h00-16h00 : marche nordique

16h30-17h30 : Stretching

## MAR 11 FEV

RDV au centre Hautepierre Parc des Sports

14h00-16h00 : Fit'marche

16h30-17h30 : Stretching

RDV au gymnase du Heyritz

14h00-16h30 : initiation vélo

## MERC 12 FEV

Découverte des agrées sportifs dans les parcs RDV sur place

9h00-10h15 : Parc de la Bergerie

10h30-12h00 : Parc de la Citadelle

14h00-15h45 : Parc Henri Will

16h00-18h00 : Parc du Kurgarten

RDV au gymnase Guynemer

18h00-20h00 : Badminton

## JEU 13 FEV

RDV au parking du Heyritz 08h45-17h00

randonnée pédestre

"Frankenbourg" - 15 km (6h)

Inscription obligatoire: lien QR code

Information par mail :

christian.speisser@strasbourg.eu



## LUN 17 FEV

RDV au parc de la Citadelle

14h00-16h00 : fit'marche

## MAR 18 FEV

RDV au centre sportif Bon pasteur

9h30-10h30 : gym d'entretien

10h45-12h00 : circuit cardio training

## MERC 19 FEV

RDV au centre sportif Bon pasteur

9h30-10h30 : marche conviviale

10h45-12h00 : circuit cardio training

14h00-16h00 : Fit'marche

## JEU 20 FEV

RDV au centre sportif Bon pasteur

9h30-15h30 : marche culturelle  
(avec visite du musée arts décoratifs)

inscription par mail :

tatiana.CANDELIER@strasbourg.eu

# Côté famille

## JEU 13 FEV

RDV au gymnase solignac

10h30-16h30 : journée sport en famille (parents-enfants) /football, quilles, pétanque, badminton, tennis de table, jeux de société