



Après le Parcours Sport Santé : Présentation d'activités sur le territoire pour poursuivre une activité physique régulière *(7 juin 2024 - non exhaustif !)*



Camille COLAS

Gaëlle GAUTIER

Julien LEBOSSÉ



Club des Nageurs Balgentiens

Camille BELAUD, Entraîneur



Natation à la piscine de Beaugency :

- **Mardi de 12h à 13h**
- **Jeudi de 17h à 18h**

Séance de natation adaptée à chacun

Pré-requis : savoir nager (il ne s'agit pas de leçon d'apprentissage)

Début des cours : 9 septembre 2024

Tarif : 190€

Site Internet de l'association : <https://cnb-45.pepsup.com>

Contact : M. Camille Belaud

0670431418 / belaudcamille.entraineur@gmail.com



Club Etoile Balgrentienne – Section Gym-Pilates

Sylvie DANGE, Présidente



A Beaugency :

Pilates (débutant – niveau 1 : pratique douce) :

Pour les personnes en 1^{ère} année de pratique du pilates ou dont le niveau requiert une pratique douce.

- **Lundi de 17h à 18h**
- **Vendredi de 17h à 18h**

Prof : Guillaume LOUET

Début des cours : le 9 septembre 2024 – séance d’essai le 1^{er} et 5 juillet

Tarif : 225€ soit 5,92€ la séance

Contact : gym-pilates@etoile-balgrentienne.fr



Club Etoile Balgentienne – Section Montagne-escalade

Franck SOREAU

Escalade à la salle des Hauts de Lutz à Beaugency

- Lundi de 18h à 19h30 – puis de 19h30 à 21h
- Mardi de 20h à 21h30
- Mercredi de 19h30 à 21h30
- Samedi de 10h à 12h puis de 13h30 à 15h30

Début des cours : le 2 septembre 2024

Tarif : 86,60€ pour la saison 2023-24 (comprenant la licence, assurances minimales, cotisation club et accès illimité à la salle)

Le club a la capacité à encadrer en salle tous les niveaux, y compris les débutants.

Le club dédie déjà des créneaux spécifiques à des personnes en situation de handicap (moteur ou mental)

Contact : Franck SOREAU

ebmontagne@gmail.com

Tél. : 06 84 00 39 58





L'Élan de Meung

Méline DEPLANQUE, Professeure et Alexandra DESANLIS, Présidente

Danse rose : lundi de 16h à 17h15 à Meung-sur-Loire

Ouverte aux femmes atteintes d'un cancer du sein mais pas que !



Si vous êtes atteints d'un autre cancer, d'une autre pathologie type endométriose, en rééducation suite à une opération lourde, ou si simplement vous avez envie de danser d'une manière différente en mettant l'accent sur vos sensations, ce cours vous sera également ouvert avec plaisir.

Danse douce senior : mardi de 15h30 à 17h à Baule

Le travail de ce cours est axé sur l'équilibre, l'endurance, la souplesse, la mémoire, le tonus musculaire... dans une bulle de bien-être et de plaisir.

Début des cours : le 16 septembre 2024

Tarif : 198€ pour l'année (cours d'1h15)

Site Internet de l'association : www.elandemeung.fr

Contact : 07 88 77 01 43 - elandemeung@gmail.com

Spectacle de fin d'année, participation à Octobre Rose, Téléthon...





Familles rurales

Michèle ROUSSEL, Trésorière de l'association



Marche santé : Mercredi RDV à 9h15 sur les mails à Meung-sur-Loire

Départ à 9h30, circuit de max. 4 km

Au rythme de celui qui marche le moins vite (10aine de personnes)

Danse country : Mardi à 18h30 à Meung-sur-Loire (Salle Alain Corneau)

Début des cours : le 16 septembre 2024

Tarif : adhésion à l'association Familles rurales (22€ pour l'année 2023-24)

Contact : Michèle ROUSSEL - 06 79 71 41 25 - rousseau.michele45@wanadoo.fr



Association Gymnastique d'Entretien Bauloise

Christine COQUAND, Présidente

Gym Bien-être : jeudi de 9h45 à 11h15 à Baule

Renforcement abdo-fessiers puis stretching

Prof : Lucien

Début des cours : le 12 septembre 2024

Tarif : 95€ pour l'année (cours d'1h30)

Cours pendant les vacances scolaires (sauf fin d'année et été)

Contact : Christine COQUAND

06 12 21 23 66

ageb.baule@gmail.com

Plus d'infos : <https://www.commune-baule.fr/culture-et-associations/associations/associations-sportives-et-de-bien-etre/gymnastique-d-entretien>





Julien Lebossé

Kiné à Epieds-en-Beauce

Marche : mercredi de 9h à 10h à Epieds-en-Beauce

Début des cours : mi-septembre 2024

Tarif : engagement pour 12 séances (3 mois) pour 60€, soit 5€ la séance.
Groupe de 10 personnes minimum

Contact : Julien Lebossé

Tél. : 02 38 15 04 36

cabinet.kine.epieds@laposte.net





Gaëlle GAUTIER

Enseignante Activité Physique Adaptée (APA)



Cours	Jour	Horaires	Lieu
Renforcement musculaire adapté	Lundi	9h à 10h	Le Bardon
Gym douce	Lundi	10h à 11h	Le Bardon
Gym douce	Mardi	11h à 12h	Saint-Ay
Marche nordique	Jeudi	9h à 10h	Meung-sur-Loire

Début des cours : 2 septembre 2024

Tarif : 5€ la séance et 40€ les 10

Contact : Gaëlle GAUTIER

06 38 65 72 44 / gaelle.apasante@gmail.com



Camille COLAS

Kiné à Meung-sur-Loire

COURS
Yopimé
Yoga Rose

Lundi 17h à 18h
&
Lundi 18h à 19h

Séance à l'unité :
12 Euros
Carte de 10 séances :
100 Euros

Camille Colas 0667352634

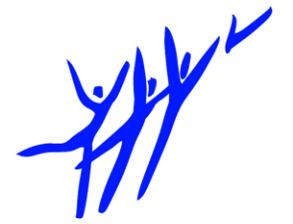


**Pour les patientes
suivies pour un
cancer du sein**



EPGV – Gym Volontaire - Maison Sport Santé

Sophie PUISSET



EPGV

Comité Départemental
Loiret

Beaugency :

Animateur	Téléphone Portable	Ville du Club	Lieux de pratique	Jour	Heure début	Heure fin	Activité
BOULAY PASCALE	06 01 94 87 52	BEAUGENCY	GYMNASE GARAMBAULT	LUNDI	09:30	10:30	Gym Dynamique
BOULAY PASCALE	06 01 94 87 52	BEAUGENCY	GYMNASE GARAMBAULT	LUNDI	10:45	11:45	Mémoire Equilibre
BOULAY PASCALE	06 01 94 87 52	BEAUGENCY	GYMNASE HAUTS DE LUTZ	JEUDI	09:30	10:30	Gym Dynamique
BOULAY PASCALE	06 01 94 87 52	BEAUGENCY	GYMNASE GARAMBAULT	JEUDI	19:00	20:00	Gym Dynamique
BOULAY PASCALE	06 01 94 87 52	BEAUGENCY	GYMNASE HAUTS DE LUTZ	MARDI	09:30	10:30	Gym Dynamique
BOULAY PASCALE	06 01 94 87 52	BEAUGENCY	EXTERIEUR	VENDREDI	18:00	19:30	Marche Nordique
BOULAY PASCALE	06 01 94 87 52	BEAUGENCY	EXTERIEUR	VENDREDI	10:00	11:30	Marche Nordique
BOULAY PASCALE	06 01 94 87 52	BEAUGENCY	EXTERIEUR	MARDI	18:15	19:45	Marche Nordique
BOULAY PASCALE	06 01 94 87 52	BEAUGENCY	SALLE DANSE GARAMBAULT	JEUDI	20:15	21:00	Gym Douce
ROISSÉ HELENE	06 19 41 38 72	BEAUGENCY		LUNDI	19:30	20:30	Gym Dynamique

Si un cours vous intéresse, nous vous invitons à prendre contact avec l'animateur qui pourra vous indiquer si le cours peut vous correspondre.

Chaque animateur s'adapte au groupe et par conséquent, des cours de gym dynamique peuvent être adaptés également si le nombre de personnes le permet.



EPGV – Gym Volontaire - Maison Sport Santé

Sophie PUISSET



EPGV

Comité Départemental
Loiret

Dry - Mareau :

Animateur	Téléphone Portable	Ville du Club	Lieux de pratique	Jour	Heure début	Heure fin	Activité
WHITMORE LAURENCE	07 86 86 66 79	DRY	EXTERIEUR	SAMEDI	10:00	11:30	Marche Nordique
WHITMORE LAURENCE	07 86 86 66 79	DRY		MERCREDI	18:30	19:30	Pilates
WHITMORE LAURENCE	07 86 86 66 79	DRY	SALLE DES FETES	JEUDI	17:45	18:45	Pilates
WHITMORE LAURENCE	07 86 86 66 79	DRY	EXTERIEUR	MARDI	14:00	15:30	Marche Nordique
ROISSE HELENE	06 19 41 38 72	DRY		MERCREDI	10:00	11:00	Seniors
ROISSE HELENE	06 19 41 38 72	DRY		MARDI	20:30	21:30	Gym Dynamique
CLAYSSSEN LAURINE	07 68 98 36 35	MAREAU AUX PRES	SALLE POLYVALENTE	MERCREDI	09:30	10:30	Seniors
HERNANDEZ MELANIE	06 18 00 32 47	MAREAU AUX PRES	SALLE POLYVALENTE	VENDREDI	09:00	10:00	Pilates
HERNANDEZ MELANIE	06 18 00 32 47	MAREAU AUX PRES	SALLE POLYVALENTE	VENDREDI	10:15	11:15	Pilates
PEPIN RODOLPH	06 03 36 30 69	MAREAU AUX PRES	EXTERIEUR	LUNDI	09:00	10:30	Marche Nordique
PEPIN RODOLPH	06 03 36 30 69	MAREAU AUX PRES	EXTERIEUR	LUNDI	10:30	11:30	Marche Nordique

Si un cours vous intéresse, nous vous invitons à prendre contact avec l'animateur qui pourra vous indiquer si le cours peut vous correspondre.

Chaque animateur s'adapte au groupe et par conséquent, des cours de gym dynamique peuvent être adaptés également si le nombre de personnes le permet.



EPGV – Gym Volontaire - Maison Sport Santé

Sophie PUISSET



Comité Départemental
Loiret

Messas - Meung - Saint-Ay :

Animateur	Téléphone Portable	Ville du Club	Lieux de pratique	Jour	Heure début	Heure fin	Activité
CLAYSSSEN LAURINE	07 68 98 36 35	MESSAS		LUNDI	19:30	20:30	Gym Douce
ROISSSE HELENE	06 19 41 38 72	MESSAS		MARDI	11:00	12:00	Seniors
ROISSSE HELENE	06 19 41 38 72	MEUNG SUR LOIRE	GYMNASE MEUNG	LUNDI	09:00	10:00	Gym Dynamique
ROISSSE HELENE	06 19 41 38 72	MEUNG SUR LOIRE	GYMNASE MEUNG	LUNDI	10:15	11:15	Seniors
ROISSSE HELENE	06 19 41 38 72	MEUNG SUR LOIRE	GYMNASE MEUNG	JEUDI	09:00	10:00	Gym Dynamique
ROISSSE HELENE	06 19 41 38 72	MEUNG SUR LOIRE	GYMNASE MEUNG	JEUDI	10:15	11:15	Stretching
WHITMORE LAURENCE	07 86 86 66 79	MEUNG SUR LOIRE	GYMNASE MEUNG	VENDREDI	19:00	20:00	Pilates
WHITMORE LAURENCE	07 86 86 66 79	MEUNG SUR LOIRE	GYMNASE MEUNG	MARDI	18:00	19:00	Pilates
PACHECO AXELLE	06 46 00 70 78	SAINT AY	GYMNASE	LUNDI	19:00	20:30	Gym Dynamique
WHITMORE LAURENCE	07 86 86 66 79	SAINT AY	GYMNASE	JEUDI	19:00	20:00	Gym Dynamique
WHITMORE LAURENCE	07 86 86 66 79	SAINT AY	GYMNASE	JEUDI	10:00	11:00	GYM DOUCE

Si un cours vous intéresse, nous vous invitons à prendre contact avec l'animateur qui pourra vous indiquer si le cours peut vous correspondre.

Chaque animateur s'adapte au groupe et par conséquent, des cours de gym dynamique peuvent être adaptés également si le nombre de personnes le permet.