



ACTIVITÉS PHYSIQUES ADAPTÉES : PLANNING 2025–2026

| Activités | Lieux – Contacts | Jours | Horaires | Encadrant(e)s |
|--|--|----------|---------------|-------------------|
| Aquagym | Piscine des ROSIERS 45 bd Henri Bazin – DIJON bougerensemble.rosiers@yahoo.fr | Samedi | 9h00 à 10h00 | Anaïs/Laly/Arthur |
| | | Samedi | 10h00 à 11h00 | |
| | | Samedi | 11h00 à 12h00 | |
| | | Samedi | 12h00 à 13h00 | |
| Aquagym <i>hors vacances scolaires</i> | Piscine du CARROUSEL 2 cours du Parc – DIJON Contacts : Émeline lundi de 9h à 10h : chevaux.emeline71@orange.fr Sébastien : bougerensemble.rosiers@yahoo.fr | Lundi | 9h00 à 10h00 | Émeline |
| | | Lundi | 10h15 à 11h15 | |
| | | Lundi | 15h45 à 16h45 | Sébastien |
| | | Mardi | 15h45 à 16h45 | |
| | | Jeudi | 15h45 à 16h45 | |
| | | Vendredi | 15h45 à 16h45 | |
| | Piscine de CHENOYE 30 rue Ernest Renan – CHENOYE cartieromain@gmail.com | Mardi | 16h15 à 17h00 | Romain |
| | Piscine Fontaine d'OUCHÉ Allée de Ribeauvillé – DIJON cartieromain@gmail.com | Vendredi | 11h00 à 12h00 | Romain |
| | Piscine des GRESILLES 1 allée Marius Chanteur – DIJON fanny.bosset@gmail.com | Vendredi | 14h25 à 15h20 | Fanny |
| Endurance Gymnastique Endurance Gymnastique Endurance Gymnastique Endurance | Salle des ROSIERS 45 bd Henri Bazin – DIJON bougerensemble.rosiers@yahoo.fr | Lundi | 12h00 à 13h00 | Anaïs |
| | | Mardi | 17h45 à 18h45 | |
| | | Mardi | 18h45 à 19h45 | |
| | | Mercredi | 17h30 à 18h30 | |
| | | Mercredi | 18h30 à 19h30 | Laly |
| | | Jeudi | 17h15 à 18h15 | |
| | | Jeudi | 18h15 à 19h15 | |
| Gymnastique <i>hors vacances scolaires</i> | Salle annexe BOIVIN 22 rue de la Côte d'Or – DIJON jovet.laly71@gmail.com | Lundi | 17h15 à 18h15 | Laly |
| Marches en extérieur | Marche nordique adaptée Extrémité rue de la rente Giron – DIJON nordic.dijon@yahoo.fr 06 71 35 39 53 | Mercredi | 14h30 à 15h45 | Sylvie |
| | Marche douce Parc de la Colombière – DIJON bougerensemble.rosiers@yahoo.fr | Mercredi | 11h00 à 12h00 | Anaïs |
| | Randonnée adaptée chevaux.emeline71@orange.fr | Lundi | 14h00 à 16h00 | Émeline |
| | | Samedi | 10h00 à 12h00 | |