

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	Anaïs/Laly
Aquagym <i>hors vacances scolaires</i>	Piscine du CARROUSEL 2 cours du Parc – DIJON bougerensemble.rosiers@yahoo.fr Pour Émeline le lundi de 9h à 10h, contacter : chevaux.emeline71@orange.fr Début : lundi 15/09/2025 et lundi 29/09/25 pour séance de 9h à 10h	Lundi	9h00 à 10h00	Émeline
		Lundi	15h45 à 16h45	Sébastien
		Mardi	15h45 à 16h45	
		Jeudi	15h45 à 16h45	
		Vendredi	15h45 à 16h45	
	Piscine de CHENOVE 30 rue Ernest Renan – CHENOVE cartieromain@gmail.com Début : mardi 16/09/25	Mardi	16h15 à 17h00	Romain
	Piscine Fontaine d'OUCHE Allée de Ribeauvillé – DIJON cartieromain@gmail.com Début : vendredi 19/09/2025	Vendredi	11h00 à 12h00	Romain
	Piscine des GRESILLES 1 allée Marius Chanteur – DIJON fanny.bosset@gmail.com Début : vendredi 19/09/2025	Vendredi	14h25 à 15h20	Fanny
	Centre de Rééducation et de Réadaptation (C2R) 23 A rue Gaffarel – DIJON Inscription sur place	Voir Planning mensuel		Maëlys Maélisse
	Salle des ROSIERS 45 bd Henri Bazin – DIJON bougerensemble.rosiers@yahoo.fr	Lundi	12h00 à 13h00	Anaïs
Endurance		Mardi	17h45 à 18h45	
Gymnastique		Mardi	18h45 à 19h45	
Endurance		Mercredi	17h30 à 18h30	
Gymnastique		Mercredi	18h30 à 19h30	Laly
Endurance		Jeudi	17h15 à 18h15	
Gymnastique		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 15h30	Sylvie
	Marche douce Parc de la Colombière – DIJON bougerensemble.rosiers@yahoo.fr	Mercredi	11h00 à 12h00	Anaïs