



SAISON
2017/2018

PROGRAMME SPORTS & LOISIRS

FOOT EN SALLE (ADOS/ADULTES)

Mardi à 18h30 au Gymnase de Carmejane
Tarif saison : 40 €

BADMINTON (ADOS/ADULTES)

Jeudi à 19h00 au Gymnase de Carmejane
Tarif saison : 25 €

MINI CLUB (3/5 ANS)

Gym, Tennis, jeux de ballons, éveil corporel...
Mercredi à 11h00 à Mirabeau
Tarif saison : 50 €



PRE CLUB (À PARTIR DE 7 ANS)

5 cycles de découverte pendant l'année :
Multisport/Tennis/Judo/VTT/Voile
Mercredi à 14 h : Mallemoisson/Le Chaffaut/Ste Croix
Tarif saison : 50 €

JUDO (ENFANTS/ADULTES)

LE CHAFFAUT :
Lundi/Mercredi 17h30 6/8 ans
Lundi/Mercredi 18h30 9/12 ans
Mercredi 16h30 4/5 ans
Mercredi 19h30 ados/adultes



CHAMPTERCIER :
Lundi 17h00 5/8 ans
Mardi 18h30 9/12 ans
MEZEL :
Jeudi 16h30 5/8 ans
Jeudi 14h45 9/12 ans
Tarifs saison : 152€/202€/252€
Tarifs spéciaux : voir sur place
Infos : 06.66.87.09.57



JUJITSU (ADOS/ADULTES)

CHAMPTERCIER :
Mardi 19h30 ados/adultes
LE CHAFFAUT :
Mercredi 15h00 8/13 ans
Lundi/Jeudi 19h30 ados/adultes
Infos : 06.66.87.09.57



SKI CLUB (À PARTIR DE 7 ANS)

Sorties ski avec encadrement
Le samedi dans les stations du 04 et du 05
Programme disponible en novembre
Tarif / sortie : 15 €

GYM ET PILATES (À PARTIR DE 14 ANS)

Lundi à 18h45 à Mallemoisson
Mardi à 18h15 à Thoard
Jeudi à 18h30 au Chaffaut (Renforcement)
Vendredi à 18h30 Mirabeau (Pilates)
Samedi à 10h15 au Dojo du Chaffaut (Pilates)
Tarifs saison : 5 cours = 120 €/50 € (- 18 ans)
1 cours = 75 €

MARCHE NORDIQUE (ADULTES)

Mercredi à 17h45
Tarif saison : 50 €

BIEN ÊTRE EN MOUVEMENTS (ADULTES)

Le plaisir du sport sans les efforts
Remise en forme pour les non sportifs
Mercredi à 9h30
Tarif saison : Gratuit avec ordonnance médicale
50 € sans ordonnance

DANSE FITNESS CHOREGRAPHIÉS (7 ANS ET +)

Mardi à 17h30 à Thoard
Mardi à 18h15 à Mallemoisson (adultes en projet)
Tarif saison : 40 € (-18ans)

SOPHROLOGIE (À PARTIR DE 18 ANS)

Mercredi à 18h30 à Mallemoisson
Tarif : 150 €



DANSES MODERNES (ENFANTS/ADULTES)

Lundi adultes à 18h45 Mallemoisson/Carmejane
Mardi 9/11 ans à 17h15 Mallemoisson/Carmejane
Mercredi 6/8 ans à 14h00 à Mallemoisson
Tarif : 130 € adultes / 75€ - de 18 ans



ATELIER "L'ART À JJ" (ADULTES)

Peinture, dessin, sculpture, modelage...
Mercredi à partir de 14h au Chaffaut
Tarif saison : 150 €

ATELIER ARTS PLASTIQUES (ENFANTS)

A partir de 6 ans
Samedi à 10h30 à Mirabeau
Tarif saison : 75 €

"OISDB STARTER PACK" (À PARTIR DE 12 ANS)

Pas de programme précis mais beaucoup de possibilités...
Venez en discuter.
Mercredi à partir de 16h00 à côté du dojo du Chaffaut
Gratuit et sans inscription

ZUMBA - ESCALADE (en projet)

Ce programme peut être complété, nous attendons vos suggestions. Nous comptons sur vous pour être présents sur un maximum d'évènements. N'hésitez pas à suivre l'OISDB sur les réseaux sociaux.
Les co-Présidents :
Jérôme BOSSETTI / Nicole CHABAULT

STAGES ET ANIMATIONS SPORTS & VACANCES

(Programme prévisionnel à compléter)

STAGE TENNIS/JUDO/ESCALADE

3 jours de sport ouverts à tous
Vacances d'Automnes 2017 au CHAFFAUT (dès 7 ans)

STAGE ANGLAIS & SPORT

*Discussion et jeux en Anglais le matin
*Golf et Accrobranche l'après-midi
Vacances d'Automnes 2017 au CHAFFAUT (12 ans et +)

STAGE BIATHLON & ACTIVITES NORDIQUES

Glissez sur les traces de Martin Fourcade...
Vacances d'Hiver 2017 (12 ans et +)

STAGE CIRQUE

Initiation aux arts du cirque pour les 8/13 ans et plus...
Vacances de Printemps 2017 à THOARD (dès 8 ans)

RAID MULTISPORT

Pratique de sports de nature pendant les vacances, sans programme fixe.
Tout dépendra de votre motivation !
Signalez-vous et on vous contactera (12 ans et +)



Infos et inscriptions :
Office Intercommunal des Sports des Duyes et Bléone
Dojo Saint-Pierre - 04510 Le Chaffaut
Téléphone : 06.63.05.06.78 / 06.98.38.23.73 - E-mail : oisdb@orange.fr
Retrouvez l'OISDB sur Facebook : Oisduyes Bleone
Blog : oisdb.canalblog.com

