



## ACTIVITES PROPOSEES POUR LA SAISON 2025/2026

JOUR	ACTIVITE	HORAIRE	LIEU	TARIF	
LUNDI	Marche nordique	9h/12h	RV Parc des Sports - route de Courdimanche - VAUREAL	5	
	Stretching	14h/15h	AGORA - Salle Polyvalente - VAUREAL	90	
	Jeu de boules <sup>(1)</sup>	13h/18h	Club des Boulistes - 19 avenue Gavroche - VAUREAL	5	
	Aquagym(Petit bain et Grand bain)	16h15/17h (PB)	Piscine de VAUREAL	100	
		16h15/17h (GB)		100	
MARDI	Tai-chi	17h30/18h30	AGORA - Salle Polyvalente - VAUREAL	100	
	Yoga	11h/12h15	Maison Vallerand (salle du 2e étage) - VAUREAL	125	
	Pilâtes	9h/10h	AGORA - Salle Polyvalente - VAUREAL	100	
		10h/11h		100	
		11h/12h		100	
	SMS (Sections Multiactivités Séniors)	13h30/14h45	AGORA - Salle Polyvalente - VAUREAL	5	
		15h/16h15		5	
MERCREDI	Danse	14h/16h	Salle Georges Brassens - MENU COURT	5	
	Stretching	16h30/17h30	Gymnase des Toupet (Salle de l'escrime)	90	
	Yoga	9h15/10h30	Ecole des Sablons - avenue Jules Vallès - VAUREAL	125	
JEUDI	Gymnastique	11h15/12h15	Salle A du COSEC - MENU COURT	90	
	Promenade	13h30/16h	RV Parc des Sports - route de Courdimanche - VAUREAL	5	
	Ping-pong	10h30/13h	Salle polyvalente (salle verte) du gymnase des Toupet	5	
	Jeu de boules <sup>(1)</sup>	13h/18h	Club des Boulistes - 19 avenue Gavroche - VAUREAL	5	
	Aquagym(Petit bain et Grand bain)	9h ou 13h	RV Parc des Sports - route de Courdimanche - VAUREAL	5	
VENDREDI		16h/16h45 (PB)	Piscine de VAUREAL	100	
		16h/16h45 (GB)		100	
Gymnastique	9h/10h	AGORA - Salle Polyvalente - VAUREAL	90		
Bungy Pump	9h30	RV Parking gymnase des Toupet - Av. Louise Michel - VAUREAL	5		
Gymnastique douce	10h/11h	AGORA - Salle Polyvalente - VAUREAL	90		
Sophrologie (tous les 15 jours) <sup>(3)</sup>	14h30/15h30	MAISON DE LA NATURE - VAUREAL	70		
	Aquagym	16h/16h45 (PB)	Piscine de VAUREAL	100	
	Club de lecture <sup>(4)</sup>	9h30/12h	Maison Vallerand - RDC - Rue de l'ancienne Mairie - VAUREAL	Gratuit	
	Jeux culturels	13h30/18h30	Maison Vallerand - RDC - Rue de l'ancienne Mairie - VAUREAL	5	
	sorties culturelles	jour, lieu et tarif selon programme			
Prix de l'adhésion pour le Club RSCH				50	
Prix de l'adhésion pour le Club de Courdimanche				17	

<sup>(1)</sup> Activité Jeux de boules : 5 euros une seule fois pour lundi et/ou mercredi

<sup>(2)</sup> Activité Promenade et/ou rando : 5 euros une seule fois pour Promenade et/ou Randonnée

<sup>(3)</sup> Calendrier sur demande

<sup>(4)</sup> 2 fois par trimestre selon le programme

INSCRIPTION SUR LE SITE rsch.fr, PUIS CLIQUER SUR "INSCRIPTIONS" - PUIS SUR L'ONGLET "INSCRIPTIONS AU CLUB"

CONTACT SECRETAIRAT - TEL 06 84 72 52 96 - secretariat@rsch.fr