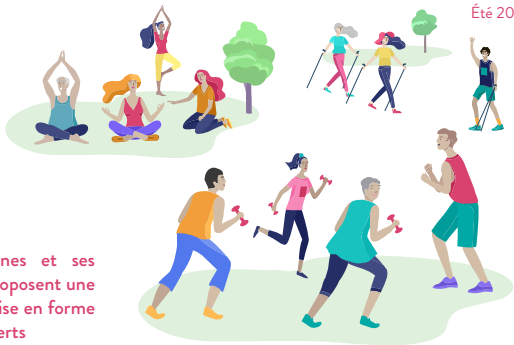


SÉANCES SPORT BIEN-ÊTRE



Cet été, la Ville de Rennes et ses partenaires associatifs vous proposent une découverte d'activités de remise en forme dans les parcs et les espaces verts

- > Gym douce, pilates, relaxation, marche nordique, stretching, renforcement musculaire, vélo...
- > Activités gratuites encadrées par des éducateurs sportifs diplômés
- > Programme personnalisé adapté aux capacités physiques individuelles
- > Renseignements complémentaires sur les lieux et aux horaires de pratique
- > Organisateurs : Ufolep 35, Tour d'Auvergne, Avenir de Rennes, Zen tonic, Cadets de Bretagne, Jeanne d'Arc, OPAR et Direction des sports de la Ville de Rennes



RETROUVONS-NOUS TOUT L'ÉTÉ !

① Le Triangle

Du 6 juillet au 27 août

Les mardi et vendredi de 10h30 à 11h30

RDVS devant le centre social du Blosne

☎ 07 63 54 97 02

② Parc de Bréquigny

Du 6 juillet au 27 août

Les mardi et vendredi de 10h30 à 11h30

RDVS entre MJC et bibliothèque

☎ 07 63 54 97 02

③ Parc du Berry

Du 2 au 27 août

Le mardi de 10h30 à 11h30

RDVS sur le terrain en pelouse

☎ 06 84 62 73 98

④ Gymnase Andrée Récipon

Du 2 au 27 août

Le jeudi de 10h30 à 11h30

☎ 06 84 62 73 98

⑤ Parc Saint-Cyr

8, 12, 13 et 15 juillet / 26 et 27 août

De 9h15 à 10h ou de 12h à 13h

☎ 06 77 76 96 93



⑥ Prairies Saint-Martin

> 13 juillet / 24 et 26 août

De 10h30 à 11h30 ou de 14h à 15h

Attention : sur inscription

☎ 02 99 54 22 23

> 8 juillet

À partir de 10h30

RDVS parc des tanneurs

☎ 06 71 26 90 04

⑦ Parc des Gayeulles

> 6 et 8 juillet

De 10h30 à 11h30 ou de 14h à 15h

RDVS parking de la piscine

☎ 02 99 54 22 23

⑧ Parc de Maurepas

> 12 au 30 juillet

De 10h30 à 12h

RDVS au kiosque

☎ 07 49 42 77 73

> 12 au 22 juillet

Les lundi, mardi et jeudi

de 10h30 à 11h30

RDVS sur la grande plaine

☎ 06 85 98 41 13

⑨ Plages de Baud

> 20 juillet et 20 août

À partir de 14h

RDVS Terrasses du Vertugadin

☎ 06 71 26 90 04

⑩ Bonnets Rouges

> 26 juillet et 19 août

À partir de 14h

RDVS Fontaine de Maginot

☎ 06 71 26 90 04

⑪ Parc du Thabor

> 30 et 31 août

À partir de 10h30

RDVS au kiosque musical

☎ 06 71 26 90 04