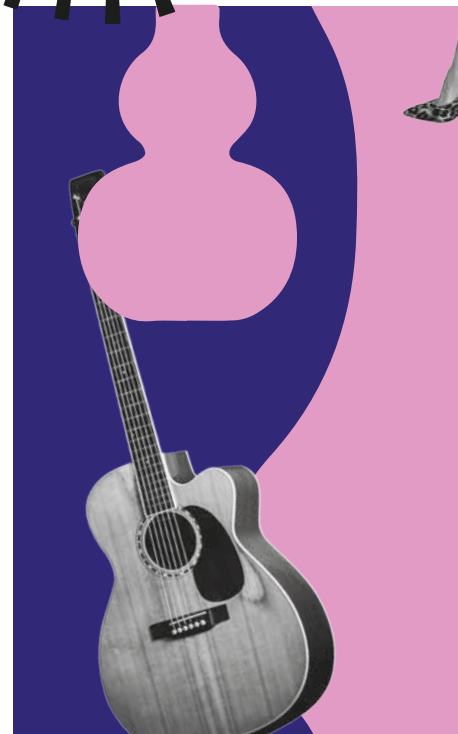


ACTIVITÉS DE L'ÂGE D'OR

JANV. - DÉC. 2024



montpellier.fr/ccas

M
Montpellier

CC
as

ÉDITO

Le CCAS de la Ville de Montpellier est heureux de vous présenter pour cette année 2024 le nouveau livret des activités qui vous seront proposées dans les Clubs de l'Âge d'Or. Avec ce nouveau format, vous pouvez désormais rechercher les activités qui vous intéressent par thématique ou par club.

Ainsi, tout au long de l'année, les clubs de l'Âge d'Or vous ouvrent leurs portes pour vous permettre de partager, d'échanger, de bouger, de découvrir et de créer ensemble.

Des activités adaptées à vos envies, vos attentes et besoins vous seront proposées grâce aux nombreux intervenants, à l'investissement des bénévoles et au dynamisme des agents du CCAS. Que vous soyez intéressés par la culture, les activités artistiques, physiques ou musicales, nous espérons que vous trouverez votre bonheur dans cette programmation. Vous n'avez plus qu'à choisir !

N'hésitez pas à nous rejoindre pour échanger, et contribuer à ce que les clubs soient des lieux de vie proches de vous, faciles d'accès grâce à la gratuité des transports en commun. Des lieux qui vous ressemblent.

Très bonne année à toutes et à tous !



Michaël DELAFOSSE

Maire de Montpellier
Président de Montpellier
Méditerranée Métropole
Président du CCAS



Michel CALVO

Adjoint au Maire
délégué à la Ville
fraternelle et solidaire
Vice-Président du CCAS



Yves BARRAL

Conseiller municipal
délégué à l'Âge d'Or





Les 17 clubs municipaux de l'Âge d'Or sont gérés par le CCAS et implantés au cœur des quartiers de Montpellier.

Ils sont ouverts aux séniors, retraités, habitant à Montpellier.

Lieux privilégiés de loisirs, de convivialité, de partage, de rencontres et d'échanges, ils proposent un large panel d'activités.

Sport, culture, sorties, découvertes pour tous les adhérents en possession de la carte Âge d'Or !

INFORMATIONS PRATIQUES

CLUBS DE L'ÂGE D'OR

La carte Âge d'Or est obligatoire pour participer aux activités des clubs et pour s'inscrire à des activités payantes.

Cette carte permet de :

- Fréquenter les Clubs de l'Âge d'Or
- Participer à toutes les activités proposées sur l'agenda trimestriel (voyages, sorties, conférences, bals...) ainsi qu'aux divers ateliers et animations
- S'inscrire aux activités sportives
- Participer aux manifestations
- Bénéficier de tarifs préférentiels dans certains établissements culturels et certains festivals

Comment l'obtenir ?

En se rendant au CCAS de Montpellier - 125 Place Thermidor.

- Au Point d'Information et d'Orientation (PIO) de l'Âge d'Or : lundi au vendredi de 8h30 à 12h30 et de 13h30 à 17h00. - Tram ligne 1 et 3 arrêt Port Marianne.
- Dans les 5 clubs de l'Âge d'Or informatisés : les mardis et jeudis de 9h30 à 12h00.

Attention : en raison des travaux, les lignes de tram et bus sont susceptibles d'être perturbées.

Obtention de la carte sous trois conditions :

- Être retraité
- Résider à Montpellier
- Sur présentation des justificatifs suivants : une photo d'identité, une carte d'identité, un justificatif de domicile, l'avis d'imposition 2023 (sur les revenus 2022, documents originaux) et le titre de pension (pour les nouveaux retraités).

Montant de l'adhésion :

- **5 €** pour les seniors des groupes 3 et 4*
- **Gratuit** pour les seniors des groupes 1 et 2 *

*Nouvelle tarification sociale pour les activités payantes : depuis 2023, une nouvelle tarification est mise en place, basée sur le quotient familial (revenu net imposable divisé par le nombre de parts fiscales) afin de favoriser l'accès aux activités payantes pour les adhérents les plus modestes.

Les différentes tranches ont été calculées selon les barèmes suivants :

Groupe 1 : Quotient Familial inférieur à 1000 € par mois

Groupe 2 : Quotient Familial de 1000 € à 1250 €

Groupe 3 : Quotient Familial de 1250 € à 1500 €

Groupe 4 : Quotient Familial supérieur à 1500 €



LA CARTE MONTPELLIER SPORTS

Cette carte sera demandée pour pratiquer les activités gymniques dans les Maisons Pour Tous, dans certains gymnases, dans les piscines et pour participer aux randonnées pédestres, aux marches nordiques et actives.

Comment l'obtenir ?

1- Se présenter dans l'une des Maisons Pour Tous la délivrant.
Renseignements au 04 67 34 72 73

2- Réunir les pièces justificatives demandées :

Pour bénéficier de cette carte, il faut avoir la carte de l'Âge d'Or à jour et :

- Apporter un certificat médical d'aptitude sportive
- Fournir une attestation d'assurance responsabilité civile

- Apporter une photo d'identité
- S'acquitter du prix de la carte : 5€

3- Se présenter sur le site de l'activité choisie

La carte Montpellier Sports est réservée aux Montpelliérains.

Coût : 5€/an

Conditions générales :

La Carte Montpellier Sports est nominative. Elle ne peut ni être cédée ni être vendue. Aucun duplicata ne sera délivré. Elle est nécessaire pour toutes les activités organisées dans le cadre du service des sports.

8 LES CLUBS DE L'ÂGE D'OR **QUARTIER PAR QUARTIER**

10 QUARTIER **MOSSON**

- 10** CLUB DE L'ÂGE D'OR LE LAC
- 11** CLUB DE L'ÂGE D'OR BARONCELLI
- 12** CLUB DE L'ÂGE D'OR VINCENT SCOTTO

13 QUARTIER **LES CÉVENNES**

- 13** CLUB DE L'ÂGE D'OR PAUL BOULET
- 14** CLUB DE L'ÂGE D'OR JEANNE GALZY
- 15** CLUB DE L'ÂGE D'OR PAUL VALÉRY

16 QUARTIER **HOPITAUX-FACULTÉS**

- 16** CLUB DE L'ÂGE D'OR AIGUELONGUE

17 QUARTIER **MONTPELLIER CENTRE**

- 17** CLUB DE L'ÂGE D'OR LA TREILLE
- 18** CLUB DE L'ÂGE D'OR LA CAVALERIE
- 19** CLUB DE L'ÂGE D'OR LES AUBES
- 20** CLUB DE L'ÂGE D'OR LUIS MARIANO
- 21** CLUB DE L'ÂGE D'OR DOCTEUR BONNET





22 QUARTIER **PORT MARIANNE**

22 CLUB DE L'ÂGE D'OR ANTONIN BALMÈS

23 QUARTIER **PRÈS D'ARÈNES**

23 CLUB DE L'ÂGE D'OR LAURE MOULIN

24 CLUB DE L'ÂGE D'OR JACQUELINE BÉGIN

25 QUARTIER **CROIX D'ARGENT**

25 CLUB DE L'ÂGE D'OR JACQUELINE MAILLAN

26 CLUB DE L'ÂGE D'OR LEMASSON

28 INDEX PAR ACTIVITÉS

30 ACTIVITÉS ARTISTIQUES

32 ACTIVITÉS LOISIRS

36 ACTIVITÉS PHYSIQUES ET DÉTENTE

40 ACTIVITÉS MUSICALES

40 ACTIVITÉS DANSANTES

42 ACTIVITÉS PARTAGE

44 ACTIVITÉS CULTURELLES

44 ACTIVITÉS INFORMATIQUES

46 ACTIVITÉS LITTÉRATURE ET SOCIÉTÉ, THÉÂTRE

46 ACTIVITÉS LINGUISTIQUES

48 ACTIVITÉS PAYANTES

LES CLUBS DE L'ÂGE D'OR QUARTIER PAR QUARTIER

LA MOSSON

1. Le Lac
2. Baroncelli
3. Vincent Scotto

HÔPITAUX-FACULTÉS

4. Aiguelongue

LES CÉVENNES

5. Paul Boulet
6. Jeanne Galzy
7. Paul Valéry

MONTPELLIER CENTRE

8. La Treille
9. La Cavalerie
10. Docteur Bonnet
11. Les Aubes
12. Luis Mariano

CROIX D'ARGENT

13. Lemasson
14. Jacqueline Maillan

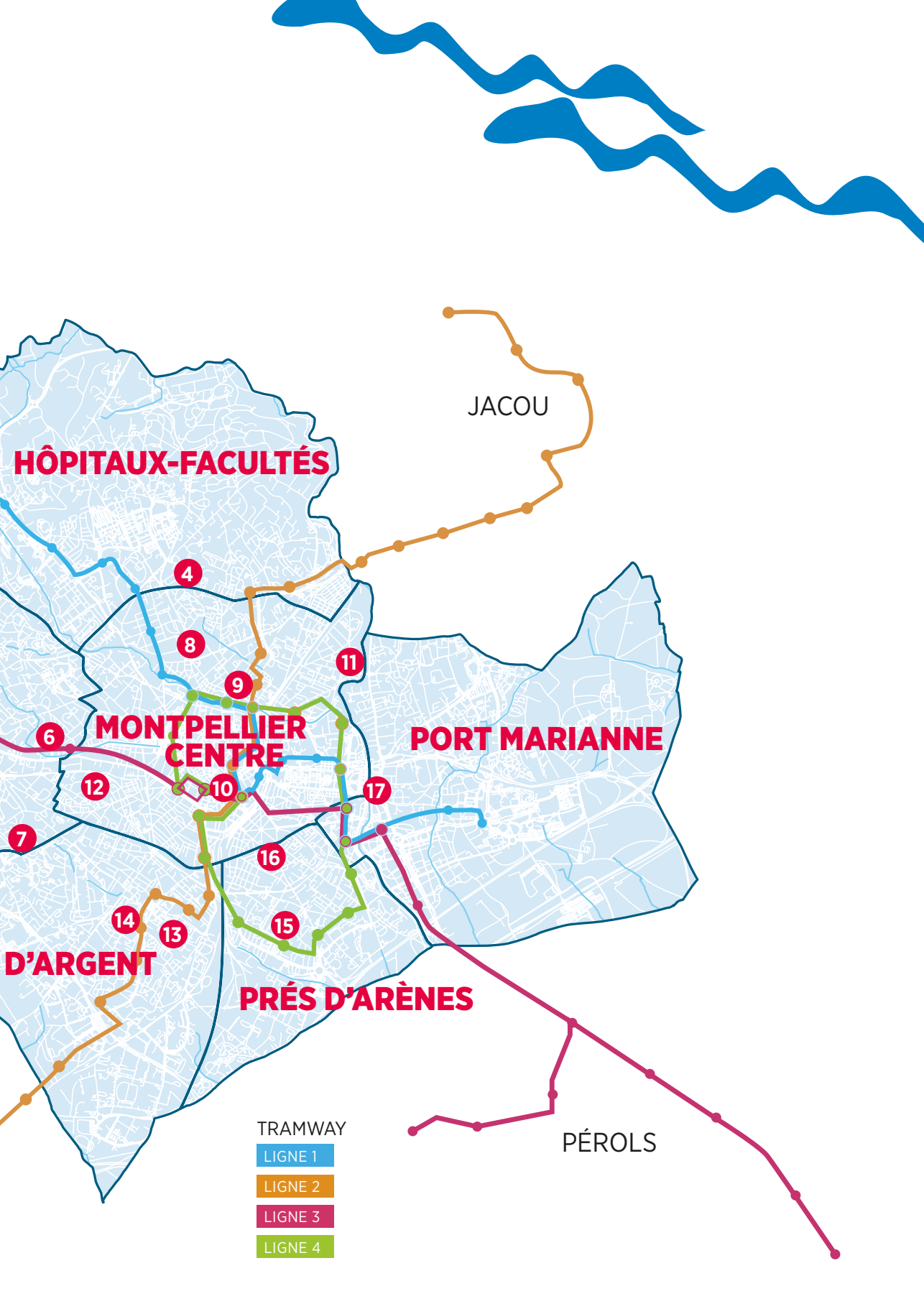
PRÉS D'ARÈNES

15. Jacqueline Bégin
16. Laure Moulin

PORT MARIANNE

17. Antonin Balmès





HÔPITAUX-FACULTÉS

JACOU

MONTPELLIER CENTRE

PORT MARIANNE

D'ARGENT

PRÉS D'ARÈNES

PÉROLS

TRAMWAY

- LIGNE 1
- LIGNE 2
- LIGNE 3
- LIGNE 4

QUARTIER **MOSSON**

CLUB DE L'ÂGE D'OR **LE LAC**

Maison Pour Tous Georges Brassens

Rue Louis Pergaud
Les Hauts de Massane
04 67 45 11 60
club.lelac@ccas.montpellier.fr

ACCÈS

- Bus N°19 arrêt place d'Italie
- Tram L1 station Hauts de
Massane

HORAIRES

Du lundi au vendredi
9h30-12h30 et 13h15-17h15

ACTIVITÉS

Activités artistiques 31

- Peinture sur verre

Activités loisirs 34

- Jardin aux fleurs
- Jeux de société et carte
- Tennis de table
- Loto
- Bal

Activités physiques et détente 38

- Marche
- Atelier relaxation
- Karaté
- Soins esthétiques
- Marche avec la Maison Pour Tous
et le club Baroncelli

Activités partage 43

- Atelier pâtisserie



QUARTIER **MOSSON**

CLUB DE L'ÂGE D'OR **BARONCELLI**

Maison Pour Tous Léo Lagrange

155 avenue de Bologne

04 67 75 65 83

club.baroncelli@ccas.montpellier.fr

ACCÈS

- Bus N°15 arrêt Halles de la Paillade
- Tram L1 station Halles de la Paillade

HORAIRES

Du lundi au vendredi

9h30-12h30 et 13h15-17h15

ACTIVITÉS

Activités artistiques 31

- Arts plastiques
- Atelier maquettes
- Loisirs créatifs
- Atelier couture

Activités loisirs 34

- Jardin végétalisé
- Pétanque
- Tennis de table
- Fléchettes
- Jeux de société et cartes
- Loto
- Bal

Activités physiques et détente 38

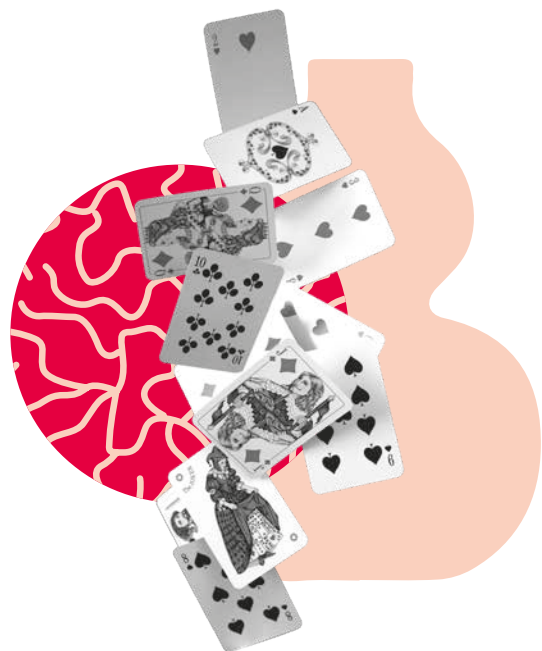
- Marche
- Randonnée
- Atelier santé

Activités musicales 41

- Poésie urbaine

Activités partage 43

- Atelier mémoire



QUARTIER **MOSSON**

CLUB DE L'ÂGE D'OR **VINCENT SCOTTO**

Rue Jacques Lemercier,
Résidence le Clos de la Fontaine
Celleneuve

04 67 40 43 77

club.scotto@ccas.montpellier.fr

ACCÈS

- Bus N°10 arrêt Celleneuve
- Tram L3 station Celleneuve

HORAIRES

Du lundi au vendredi
9h30-12h30 et 13h15-17h15

ACTIVITÉS

Activités artistiques 31

- Peinture sur soie
- Peinture sur verre

Activités loisirs 34

- Jeux de société et carte
- Loto
- Bal

Activités physiques et détente 38

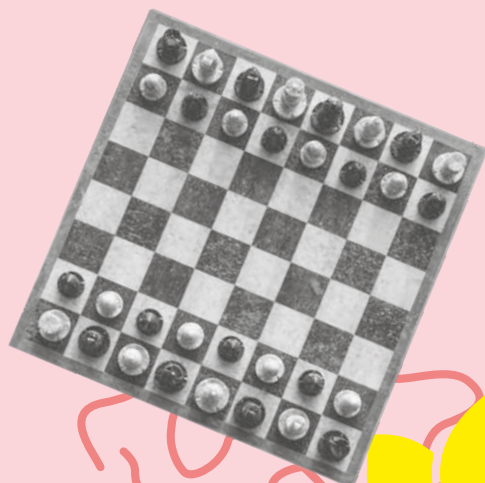
- Gymnastique adaptée
- Sophrologie
- Soins esthétiques
- Pilates

Activités musicales 41

- Groupe vocal

Activités dansantes 41

- Danse en rythme
- Danse en ligne



QUARTIER **LES CÉVENNES**

CLUB DE L'ÂGE D'OR **PAUL BOULET**

Maison Pour Tous François Villon

4, rue des Araucarias

04 67 40 43 87

club.boulet@ccas.montpellier.fr

ACCÈS

- Bus N°10 ou la Ronde arrêt Les Tonnelles

- Tram L3 station Pergola ou Les Tonnelles

HORAIRES

Du lundi au vendredi

9h30-12h30 et 13h15-17h15

ACTIVITÉS

Activités artistiques 31

- Jeux de société et cartes
- Scrabble
- Bridge
- Loto
- Tennis de table
- Pétanque
- Bal

Activités physiques et détente 38

- Relaxation

Activités musicales 41

- Atelier chant

Activités partage 43

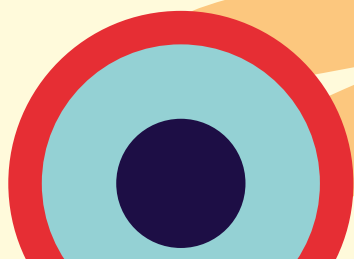
- Atelier mémoire

Activités culturelles 45

- Balades culturelles

Activités linguistiques 47

- Italien



QUARTIER **LES CÉVENNES**

CLUB DE L'ÂGE D'OR **JEANNE GALZY**

14, rue de Clémentville
06 10 09 53 49
club.galzy@ccas.montpellier.fr

ACCÈS

- Tram L3 station Cité Astruc

HORAIRES

Du lundi au vendredi
9h30-12h30 et 13h15-17h15

ACTIVITÉS

Activités artistiques 31

- Peinture sur verre

Activités loisirs 34

- Jeux de société et cartes
- Loto
- Bal

Activités physiques et détente 38

- Gymnastique douce
- Réveil musculaire
- Yoga
- Soins esthétiques

Activités musicales 41

- Ateliers guitare (tout niveau et débutant)
- Ateliers percussions
- Chorale
- Chorale piano
- Chorale internationale

Activités dansantes 41

- Danse en rythme
- Danseloi en ligne

Activités partage 43

- Atelier mémoire



QUARTIER **LES CÉVENNES**

CLUB DE L'ÂGE D'OR **PAUL VALÉRY**

Maison Pour Tous Marcel Pagnol

64, route de Laverune

04 67 27 35 96

club.paul-valery@ccas.montpellier.fr

ACCÈS

- Bus n°17

HORAIRES

Du lundi au vendredi

9h30-12h30 et 13h15-17h15

ACTIVITÉS

Activités artistiques 31

- Sculpture & modelage
- Loisirs créatifs

Activités loisirs 34

- Jeux de société et cartes
- Concours de tarot
- Scrabble
- Loto
- Bal

Activités physiques et détente 38

- Tai-chi
- Marche

Activités musicales 41

- Groupe vocal

Activités dansantes 41

- Danses en ligne

Activités partage 43

- Atelier mémoire
- Atelier savoirs et partage
- Atelier cuisine « Gardons la banane »
- Repas solidaire



QUARTIER HÔPITAUX-FACULTÉS

CLUB DE L'ÂGE D'OR **AIGUELONGUE**

158, rue Raoul-Follereau
Cité La Justice – Escalier 21
04 67 54 53 72
club.aiguelongue@ccas.montpellier.fr

ACCÈS

- Bus La Ronde arrêt Major Flandre

HORAIRES

Du lundi au vendredi
9h30-12h30 et 13h15-17h15

ACTIVITÉS

Activités artistiques 31

- Atelier couture
- Loisirs créatifs
- Créations manuelles
- Atelier mosaïque
- Coloriage adulte

Activités loisirs 34

- Jeux de société et carte
- Loto
- Bal

Activités physiques et détente 38

- Marche
- Gymnastique adaptée
- Brain gym

Activités musicales 41

- Chant

Activités dansantes 41

- Danse en rythme
- Danse folklorique

Activités partage 43

- Atelier mémoire
- Atelier pâtisserie



QUARTIER MONTPELLIER CENTRE

CLUB DE L'ÂGE D'OR **LA TREILLE**

8, rue de l'abbé de L'Épée - Boutonnet

04 67 55 12 17

club.latreille@ccas.montpellier.fr

ACCÈS

- Tram L1 station Albert 1^{er}
- Tram L4 station Beaux-Arts

HORAIRES

Du lundi au vendredi

9h30-12h30 et 13h15-17h15

ACTIVITÉS

Activités artistiques 31

- Atelier couture écoresponsable
- Atelier dessin peinture
- Loisirs créatifs

Activités loisirs 34

- Pétanque
- Jeux de société et cartes
- Loto
- Scrabble
- Bridge
- Échecs

Activités physiques et détente 38

- Brain gym
- Réveil musculaire
- Beauté du visage
- Soins esthétiques
- Balade de santé

Activités partage 43

- Atelier mémoire

Activités informatiques 45

- Initiation numérique



QUARTIER MONTPELLIER CENTRE

CLUB DE L'ÂGE D'OR LA CAVALERIE

28, rue de la Cavalerie
04 67 79 09 81
club.lacavalerie@ccas.montpellier.fr

ACCÈS

- Bus N°16 arrêt Louis Blanc
- Tram L1 station Louis Blanc
- Tram L2 station Corum

HORAIRES

Du lundi au vendredi
9h30-12h30 et 13h15-17h15

ACTIVITÉS

Activités artistiques 31

- Atelier papier mâché
- Atelier dessin peinture
- Loisirs créatifs et perles

Activités loisirs 34

- Jeux de société et cartes
- Tarot et belote
- Loto
- Bal
- Karaoké
- Pétanque

Activités physiques et détente 38

- Lâcher prise
- Yoga
- Gymnastique douce
- Marche méditative
- Tai-chi
- Réveil musculaire
- Relaxation
- Soins esthétiques
- Atelier respiration détente
- Atelier nutrition

Activités partage 43

- Atelier mémoire
- Atelier échange et partage
- Atelier écoconso
- Atelier du rire
- Jardin partagé

Activités informatiques 45

- Atelier numérique
- Blabla numérique

QUARTIER MONTPELLIER CENTRE

CLUB DE L'ÂGE D'OR **LES AUBES**

Avenue Saint André de Novigens
04 67 72 98 83
club.lesaubes@ccas.montpellier.fr

ACCÈS

- Bus N°9 arrêt Marie Durand
- Bus N°14 arrêt Foyer les Aubes

HORAIRES

Du lundi au vendredi
9h30-12h30 et 13h15-17h15

ACTIVITÉS

Activités artistiques 31

- Création mode
- Loisirs créatifs
- Poterie

Activités loisirs 34

- Jeux de société et cartes
- Loto
- Pétanque

Activités physiques et détente 38

- Pilates
- Marche
- Brain gym

Activités musicales 41

- Groupe vocal

Activités dansantes 41

- Danse en rythme

Activités partage 43

- Atelier mémoire
- Partage de recettes et confections



QUARTIER **MONTPELLIER CENTRE**

CLUB DE L'ÂGE D'OR **LUIS MARIANO**

Maison Pour Tous Joseph Ricôme

7, rue Pages
04 67 63 22 06

ACCÈS

- Tram L3 station Plan Cabanes

HORAIRES

Du lundi au vendredi
9h30-12h30 et 13h15-17h15

ACTIVITÉS

1- MAISON POUR TOUS JOSEPH RICÔME

Activités loisirs..... 34

- Jeux de société et cartes
- Bridge

Activités partage..... 43

- Atelier mémoire

Activités culturelles..... 45

- Balades culturelles

Activités littérature..... 47

- Conte philosophique

2- CLUB PAUL BOULET

Activités loisirs..... 34

- Jeux de société et cartes
- Bridge

Activités physiques et détente..... 38

- Relaxation

Activités musicales..... 41

- Chant

Activités littérature et société .. 47

- Lecture à haute voix

Activités linguistiques..... 47

- Italien



QUARTIER MONTPELLIER CENTRE

CLUB DE L'ÂGE D'OR DOCTEUR BONNET

34, rue des Etuves
04 67 60 76 02
club.bonnet@ccas.montpellier.fr

ACCÈS

- Bus N°6, 7 et 11 arrêt Observatoire
- Tram L3 et L4 arrêt Observatoire

HORAIRES

Du lundi au vendredi
9h30-12h30 et 13h15-17h15

ACTIVITÉS

Activités artistiques 31

- Loisirs créatifs
- Atelier peinture

Activités loisirs 34

- Jeux de société et cartes
- Loto
- Karaoké

Activités physiques et détente 38

- Marche soutenue
- Soins esthétiques
- Gymnastique
- Prévention des chutes
- Réveil musculaire

Activités partage 43

- Atelier mémoire

Activités culturelles 45

- Sorties culturelles
- Balades culturelles

Activités littérature et société .. 47

- Conférences
- Films de voyage
- Atelier écriture



QUARTIER **PORT MARIANNE**

CLUB DE L'ÂGE D'OR **ANTONIN BALMÈS**

33, boulevard des Consuls de Mer
04 34 22 17 96
club.balmes@ccas.montpellier.fr

ACCÈS

- Tram L1, L3 et L4 station Rives du
Lez Consuls de Mer

HORAIRES

Du lundi au vendredi
9h30-12h30 et 13h15-17h15

ACTIVITÉS

Activités artistiques 31

- Peinture sur soie
- Patchwork
- Atelier tricot et crochet
- Loisirs créatifs
- Sculpture & modelage

Activités loisirs 34

- Jeux de société et cartes
- Scrabble duplicate
- Loto

Activités physiques et détente 38

- Sophrologie
- Yoga
- Qi Gong
- Soins esthétiques



QUARTIER PRÉS D'ARÈNES

CLUB DE L'ÂGE D'OR LAURE MOULIN



20, rue de Porto
04 67 65 48 60
club.lauremoulin@ccas.montpellier.fr

ACCÈS

- Bus N°8, 11 et 12 arrêt Frédéric Bazille

HORAIRES

Du lundi au vendredi
9h30-12h30 et 13h15-17h15

ACTIVITÉS

Activités artistiques 31

- Loisirs créatifs
- Atelier couture

Activités loisirs 34

- Jeux de société et cartes
- Bal
- Loto

Activités physiques et détente 38

- Yoga
- Gymnastique douce
- Sophrologie

Activités musicales 41

- Chorale

Activités partage 43

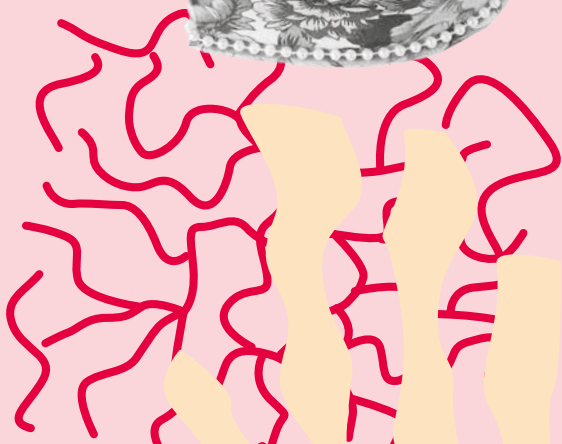
- Atelier mémoire

Activités littérature et société, théâtre 47

- Théâtre
- Goûter littéraire
- Exposition de peintures

Activités linguistiques 47

- Anglais
- Italien
- Espagnol



QUARTIER PRÉS D'ARÈNES

CLUB DE L'ÂGE D'OR **JACQUELINE BÉGIN**

630, avenue du Maréchal Leclerc
Saint-Martin

04 67 22 37 56

club.begin@ccas.montpellier.fr

ACCÈS

- Bus N°12 arrêt Maréchal Leclerc

HORAIRES

Du lundi au vendredi

9h30-12h30 et 13h15-17h15

ACTIVITÉS

Activités artistiques 31

- Couture créative
- Loisirs créatifs

Activités loisirs 34

- Jeux de société et cartes
- Bal
- Loto
- Pétanque

Activités physiques et détente 38

- Marche afghane
- Gymnastique adaptée
- Soins esthétiques
- Atelier relaxation
- Balade à thème
- Tai-chi
- Réveil musculaire

Activités musicales 41

- Groupe vocal

Activités dansantes 41

- Danse en ligne

Activités partage 43

- Atelier mémoire

QUARTIER CROIX D'ARGENT

CLUB DE L'ÂGE D'OR **JACQUELINE MAILLAN**

123, rue Georges Brassens
04 67 42 43 07
club.maillan@ccas.montpellier.fr

ACCÈS

- Bus N°6 arrêt Georges Brassens
- Tram L2 station Croix d'argent

HORAIRES

Du lundi au vendredi
9h30-12h30 et 13h15-17h15

ACTIVITÉS

Activités artistiques 31

- Loisirs créatifs
- Dessin aquarelle

Activités loisirs 34

- Jeux de société et cartes
- Loto
- Pétanque
- Scrabble duplicate

Activités physiques et détente 38

- Marche
- Gymnastique adaptée
- Atelier détente/Zen

Activités musicales 41

- Groupe vocal

Activités partage 43

- Atelier mémoire
- Atelier pâtisserie

Activités théâtre 47

- Théâtre



QUARTIER CROIX D'ARGENT

CLUB DE L'ÂGE D'OR LEMASSON

8, rue Ripoll – Mas Drevon
04 67 42 80 81
club.lemasson@ccas.montpellier.fr

ACCÈS

- Tram L2 station Lemasson

HORAIRES

Du lundi au vendredi
9h30-12h30 et 13h15-17h15

ACTIVITÉS

Activités loisirs 34

- Jeux de société et cartes
- Loto
- Pétanque
- Scrabble

Activités physiques et détente 38

- Gymnastique douce
- Gymnastique sur chaise
- Karaté
- Tai-chi
- Tonicité musculaire
- Sophrologie

Activités musicales 41

- Groupe vocal

Activités dansantes 41

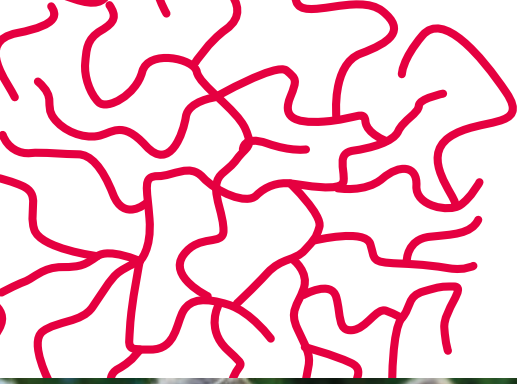
- Danse en ligne
- Danse en rythme

Activités partage 43

- Atelier mémoire
- Atelier culinaire







INDEX PAR ACTIVITÉS



- 30** ACTIVITÉS ARTISTIQUES
- 32** ACTIVITÉS LOISIRS
- 36** ACTIVITÉS PHYSIQUES ET DÉTENTE
- 40** ACTIVITÉS MUSICALES
- 40** ACTIVITÉS DANSANTES
- 42** ACTIVITÉS PARTAGE
- 44** ACTIVITÉS CULTURELLES
- 44** ACTIVITÉS INFORMATIQUES
- 46** ACTIVITÉS LITTÉRATURE ET SOCIÉTÉ, THÉÂTRE
- 46** ACTIVITÉS LINGUISTIQUES
- 48** ACTIVITÉS PAYANTES

ACTIVITÉS ARTISTIQUES



ACTIVITÉS ARTISTIQUES

PEINTURE SUR VERRE

Le Lac :

lundi 14h00-16h00

Vincent Scotto :

lundi 14h00-16h00

Jeanne Galzy :

mardi 13h30-17h00

PEINTURE SUR SOIE

Vincent Scotto : lundi 14h00-16h00

Antonin Balmès : mercredi 13h15-17h15

LOISIRS CRÉATIFS

Baroncelli :

vendredi 13h30-16h00

Paul Valéry :

lundi & mardi 14h00-17h15

Aiguelongue :

lundi 13h15-17h00

La Treille :

jeudi 13h15-17h15

La Cavalerie :

mardi 14h30-17h15

Les Aubes :

mardi 15h15-17h00

Docteur Bonnet :

lundi 14h00-17h00

Antonin Balmès :

mercredi 13h15-17h15

Laure Moulin :

jeudi 14h00-17h15

Jacqueline Bégin :

jeudi 14h00-16h00

Jacqueline Maillan :

lundi & mardi 14h00-17h00

PEINTURE

Docteur Bonnet : jeudi 15h00-17h00

ARTS PLASTIQUES

Baroncelli : mercredi 14h00-17h00

ATELIER MAQUETTE

Baroncelli : jeudi 14h00-17h00

ATELIER COUTURE

Baroncelli : vendredi 9h30-12h00

SCULPTURE / MODELAGE

Paul Valéry : mercredi 9h00-11h00

Antonin Balmès : jeudi 9h45-11h45

COUTURE

La Treille :

lundi 14h30-17h00

Aiguelongue :

lundi 13h15-17h00

Laure Moulin :

lundi 14h00-16h00

Jacqueline Bégin :

lundi 14h00-16h00

TRICOT ET CROCHET

Antonin Balmès : mercredi 13h15-17h15

PATCHWORK

Antonin Balmès :

mercredi 13h15-17h15

DESSIN PEINTURE

La Treille :

mercredi 14h00-16h00

La Cavalerie :

jeudi 10h00-12h00

CRÉATION MANUELLE

Aiguelongue :

vendredi 13h15-17h00

MOSAÏQUE

Aiguelongue :

mardi 10h00-12h00

PAPIER MÂCHÉ

La Cavalerie :

mercredi & vendredi 14h00-17h00

ATELIER DE PERLES

La Cavalerie :

mardi 14h30-17h15

CRÉATION MODE

Les Aubes :

mardi 13h30-17h00

POTERIE

Les Aubes :

jeudi 13h30-17h00

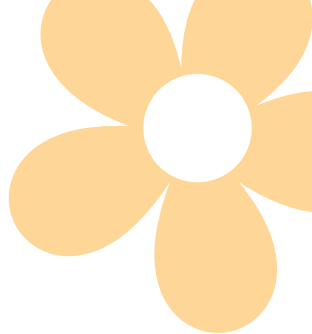
DESSIN AQUARELLE

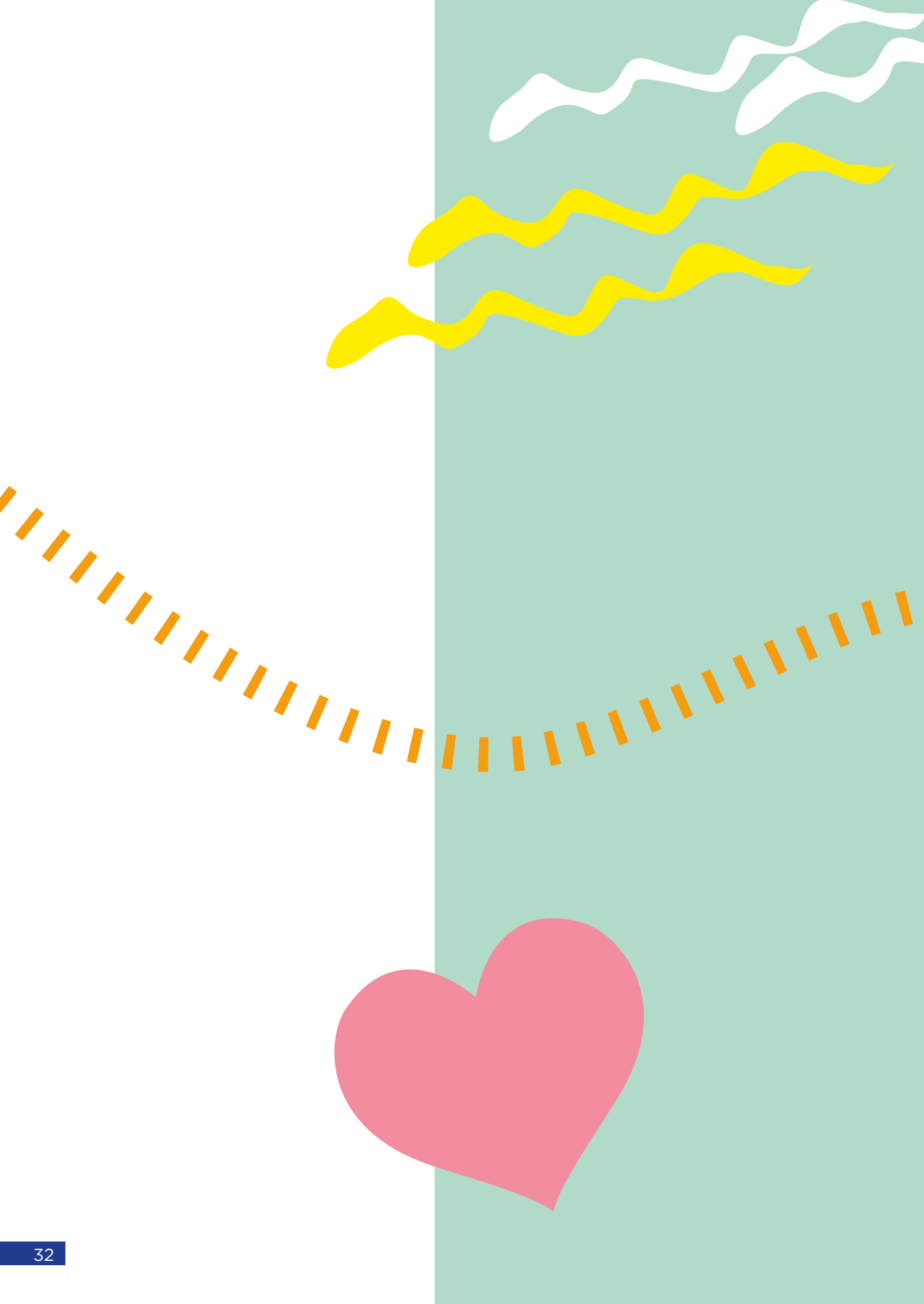
Jacqueline Maillan :

vendredi 9h30-11h30

COLORIAGE ADULTE

Aiguelongue : mardi 10h00-12h00





ACTIVITÉS LOISIRS



ACTIVITÉS LOISIRS

JARDIN AUX FLEURS

Le Lac :

lundi 10h00-12h00

Baroncelli :

jeudi 9h30-11h30

JEUX DE SOCIÉTÉ ET CARTES

Le Lac : lundi, mardi, mercredi, jeudi & vendredi 13h15-17h15

Baroncelli :

lundi, mercredi & jeudi 13h15-17h00

Vincent Scotto : lundi, mardi, mercredi & vendredi 16h15-17h15

Paul Boulet :

lundi, mardi, mercredi, jeudi & vendredi 13h15-17h15

Paul Valéry :

lundi & mardi 14h00-17h15

Jeanne Galzy :

mercredi 15h00-17h00

Aiguelongue : lundi, mardi, mercredi, jeudi & vendredi 13h15-17h15

La Treille :

lundi, mardi, mercredi, jeudi & vendredi 13h15-17h15

La Cavalerie :

lundi & mercredi 14h00-17h15

mardi 15h30-17h15

jeudi : 13h15-17h15

Les Aubes :

lundi & vendredi 14h00-17h15

mercredi 16h00-17h15

Antonin Balmès :

lundi, mardi, jeudi & vendredi 13h15-17h15

Docteur Bonnet :

mardi, mercredi & vendredi 13h15-17h15

Jacqueline Bégin :

lundi & jeudi 13h15-17h15

mardi & vendredi 16h00-17h15

Laure Moulin :

lundi & vendredi 14h30-17h15

Lemasson :

mercredi 15h00-17h15

Jacqueline Maillan :

lundi & mercredi 15h30-17h15

mardi et jeudi 14h00-17h15

vendredi 16h15-17h15

Luis Mariano :

lundi, mercredi, jeudi & vendredi 13h15-17h15

mardi 16h15-17h15

TENNIS DE TABLE

Le Lac :

mardi 13h30-17h15

Baroncelli :

vendredi 13h30-15h30

Paul Boulet :

vendredi 13h30-15h45

LOTO

Le Lac :

mercredi 14h30

Baroncelli :

mardi 14h30-15h45

Vincent Scotto :

mardi 14h30

Paul Boulet :

mercredi 14h30-15h30

Paul Valéry :

mercredi 13h30-17h15

Jeanne Galzy :

mercredi 14h15-15h15

Aiguelongue :

mercredi 14h30

La Treille :

mercredi 14h30

La Cavalerie :

mardi 14h30

Les Aubes :

mercredi 14h30-16h00

Antonin Balmès :

dernier vendredi du mois 14h00

Docteur Bonnet :

mercredi 14h30

Jacqueline Bégin :

mardi 14h30-16h00

Laure Moulin :

mercredi 14h30-17h15

Lemasson :

mercredi 14h00-15h00

Jacqueline Maillan :

mercredi 14h30

BAL

Le Lac :

dernier jeudi du mois 14h30

Baroncelli :

dernier jeudi du mois 14h30

Vincent Scotto :

dernier jeudi du mois 14h30

Paul Boulet :

dernier jeudi du mois 14h30

Paul Valéry :

vendredi 1 fois par mois 14h00-17h00

Jeanne Galzy :

vendredi 14h00-17h00

Laure Moulin :

mardi 14h00-17h15

Aiguelongue :

lundi 1 fois par mois 16h15-17h15

La Cavalerie :

2^{ème} jeudi du mois 14h00

Jacqueline Bégin :

mercredi 14h30-17h00

PÉTANQUE

Baroncelli :

lundi 14h30-16h30

vendredi 14h00-16h00

Paul Boulet :

vendredi 13h30-15h45

La Treille :

lundi, mardi, mercredi, jeudi & vendredi
13h15-17h15

La Cavalerie :

vendredi 14h00-15h30

Les Aubes :

jeudi 14h00-17h00

Jacqueline Bégin :

vendredi 14h00-16h00

Lemasson :

vendredi 14h00-17h00

Jacqueline Maillan :

vendredi 16h15-17h15

FLÉCHETTES

Baroncelli :

lundi 14h30-16h30

CONCOURS DE TAROT

Paul Valéry :

jeudi 1 fois par mois 13h30-17h15

vendredi 1 fois par mois 14h00-17h00

SCRABBLE

Paul Valéry :

mardi & jeudi 13h30-17h15

Paul Boulet :

lundi, mardi, mercredi, jeudi & vendredi
13h15-17h15

La Treille :

lundi, mardi, mercredi, jeudi & vendredi
13h15-17h15

Lemasson :

lundi 14h00-17h00

BRIDGE

Paul Boulet :

lundi, mardi, mercredi, jeudi & vendredi
13h15-17h15

La Treille :

mardi & vendredi 13h15-17h15

Luis Mariano :

vendredi 13h15-17h15

ÉCHECS

La Treille :

jeudi 13h15-17h15

TAROT ET BELOTE

La Cavalerie :

lundi 14h00-17h15

KARAOKÉ

La Cavalerie :

vendredi 14h00-15h30

Docteur Bonnet :

vendredi 14h30-17h00

SCRABBLE DUPLICATE

Antonin Balmès :

lundi & mardi 14h00-15h00

Jacqueline Maillan :

lundi & mardi 14h00-17h15





ACTIVITÉS PHYSIQUES & DÉTENTE



ACTIVITÉS PHYSIQUES & DÉTENTE

MARCHE

Baroncelli :
mardi 10h00-11h45

Le Lac :
mardi 10h30-11h30
vendredi 9h30-11h00

Paul Valéry :
mardi 13h30-17h00
jeudi & vendredi 10h00-11h30

Aiguelongue :
jeudi 10h30-12h00
vendredi 14h30

Les Aubes :
mardi 10h00-11h30

Jacqueline Maillan :
mardi & jeudi 10h30-12h00

MARCHE MÉDITATIVE

La Cavalerie :
mercredi 9h45-11h30

MARCHE SOUTENUE

Docteur Bonnet :
vendredi 9h45-12h00

MARCHE AFGHANE

Jacqueline Bégin :
lundi 10h00-11h00

BALADE À THÈME

Jacqueline Bégin :
jeudi 10h00-12h30

RANDONNÉE

Baroncelli :
vendredi 9h30

ATELIER SANTÉ

Baroncelli :
mardi 10h00-12h00

RELAXATION

Le Lac :
mercredi 10h30-11h30

Paul Boulet :
mercredi 10h30-11h30

Jacqueline Bégin :
mercredi 10h00-11h00 & 11h15-12h15

Luis Mariano :
mercredi 10h30-11h30

La Cavalerie :
lundi 11h00-12h00

KARATÉ

Le Lac : jeudi 10h00-11h30

Lemasson :
mardi & jeudi 15h30-17h00

SOINS ESTHÉTIQUES

Le Lac : vendredi 13h30

Vincent Scotto : vendredi 13h30-17h15

La Treille :
mardi, mercredi & jeudi 10h00-11h00

La Cavalerie :
lundi & vendredi 10h00-11h00

Docteur Bonnet :
vendredi 10h30 & 11h30

Antonin Balmès :
jeudi 9h30-12h00

Jacqueline Bégin :
lundi 11h30-12h30
jeudi 10h00-12h30

Jeanne Galzy :
mercredi 10h00-12h00

GYMNASTIQUE ADAPTÉE

Vincent Scotto :
lundi & mercredi 9h00-10h00

Aiguelongue :
mercredi 9h00-10h00
vendredi 10h30-11h30

Jacqueline Bégin :
lundi 10h30-11h30
jeudi 9h00-10h00

Jacqueline Maillan :
mardi 9h00-10h00
jeudi 10h30-11h30

GYMNASTIQUE DOUCE

Jeanne Galzy :
lundi & mercredi 9h00-10h00

La Cavalerie :
mardi 9h30-10h30 & 10h45-11h45
jeudi 11h00-12h00
vendredi 9h00-10h00

Laure Moulin :
lundi 11h00-12h00
jeudi 11h00-12h00

Lemasson : lundi 14h00-15h00
jeudi 9h00-10h00

GYMNASTIQUE SUR CHAISE

Lemasson :
mardi & jeudi 14h30-15h30

GYMNASTIQUE

Docteur Bonnet :

mercredi 10h30-11h30

Laure Moulin :

lundi 11h00-12h00

SOPHROLOGIE

Vincent Scotto :

jeudi 10h30-11h30

Antonin Balmès :

lundi 10h00-11h00 (débutant) & 11h00-12h00 (initiation)

vendredi 10h30-11h30 (confirmé)

Laure Moulin :

mercredi 10h00-11h00

Lemasson :

mardi 10h00-11h00

PILATES

Les Aubes :

mercredi 9h30-10h30

Scotto :

vendredi 9h30-10h30

RÉVEIL MUSCULAIRE

Jeanne Galzy :

mardi 10h00-12h00

vendredi 10h00-11h00

La Treille :

mardi & mercredi 11h15-12h00

vendredi 11h30-12h00

La Cavalerie : lundi 11h00-12h00

Docteur Bonnet :

mardi 10h00-11h00

Jacqueline Bégin :

vendredi 11h00-12h00

YOGA

Jeanne Galzy :

vendredi 9h00-10h00

La Cavalerie :

vendredi 10h30-11h30

Antonin Balmès : mardi 9h15-10h15 (initiation) & 10h30-11h30 (confirmé)

Laure Moulin :

vendredi 9h00-10h00 & 10h15-11h15

TAÏ-CHI

Paul Valéry :

mardi 10h00-11h00 & 11h00-12h00 (confirmé)

La Cavalerie :

mercredi 10h45-11h45

Jacqueline Bégin :

jeudi 11h15-12h15 (débutant)

Lemasson :

jeudi 10h00-11h00

BRAIN GYM

Aiguelongue :

mardi 10h00-12h00

La Treille :

lundi 10h30-11h30

Les Aubes :

jeudi 10h30-11h30

QI GONG

Antonin Balmès :

mercredi 9h30-10h30 & 10h30-11h30

BEAUTÉ DU VISAGE

La Treille :

mardi & mercredi 11h15-12h00

vendredi 11h30-12h00

BALADE DE SANTÉ

La Treille :

vendredi 10h00-12h00

LÂCHER-PRISE

La Cavalerie :

vendredi 14h00-15h00 & 15h30-16h45

MARCHE MÉDITATIVE

La Cavalerie :

mercredi 9h45-11h30

ATELIER RESPIRATOIRE DÉTENTE

La Cavalerie :

jeudi 14h00-15h15

ATELIER NUTRITION

La Cavalerie :

lundi 14h00-16h00

TONICITÉ MUSCULAIRE

Lemasson :

jeudi 11h00-12h00

ATELIER DÉTENTE & ZEN

Jacqueline Maillan :

mercredi 10h30-12h00



ACTIVITÉS MUSICALES



ACTIVITÉS DANSANTES



ACTIVITÉS MUSICALES

GROUPE VOCAL

Vincent Scotto :
jeudi 14h00-15h30

Paul Valéry :
jeudi 14h30-16h30

Les Aubes :
lundi 14h30

Jacqueline Bégin :
vendredi 14h30-16h00

Lemasson :
lundi 15h15-16h30

Jacqueline Maillan :
vendredi 14h30-16h00

POÉSIE URBAINE

Baroncelli :
vendredi 14h00

CHANT

Paul Boulet :
lundi 10h30-12h00

Aiguelongue :
mardi 14h00-16h00

Luis Mariano :
lundi 10h30-12h00

GUITARE

Jeanne Galzy :
mardi 10h30-12h00 (tout niveau)
mardi 14h00-15h00
jeudi 11h00-12h00 (débutant)

PERCUSSIONS

Jeanne Galzy :
vendredi 11h15-12h15
vendredi 13h45-15h00

CHORALE

Jeanne Galzy :
lundi & mercredi 14h00-17h00

Laure Moulin :
jeudi 14h00-17h15

CHORALE PIANO

Jeanne Galzy :
mardi 15h30-17h00
vendredi 15h00-17h30

CHORALE INTERNATIONALE

Jeanne Galzy :
jeudi 14h30-16h30

ACTIVITÉS DANSANTES

DANSE EN RYTHME

Vincent Scotto :
vendredi 10h30-11h30

Jeanne Galzy :
lundi & mercredi 10h00-11h00
jeudi 11h00-12h00

Les Aubes :
lundi 10h00-11h15
vendredi 14h15-17h00

Aiguelongue :
jeudi 10h00-11h30

Lemasson :
mercredi & vendredi 9h45-10h30

DANSE EN LIGNE

Vincent Scotto :
lundi 10h30-11h30

Paul Valéry :
lundi 9h45-10h45

Jeanne Galzy :
lundi & mercredi 11h00-12h00
jeudi 10h00-11h00

Jacqueline Bégin :
mercredi 13h15-14h15

Lemasson :
mercredi & vendredi 10h30-11h15

DANSE FOLKLORIQUE

Aiguelongue :
jeudi 14h30-16h00

ACTIVITÉS PARTAGE



ACTIVITÉS PARTAGE

ATELIER MÉMOIRE

Paul Valéry :

jeudi 11h00-12h00

Baroncelli :

lundi 10h00-11h30

Jeanne Galzy :

lundi 14h00-15h00

Jacqueline Bégin :

mardi 10h00-11h00

Paul Boulet :

mardi 13h15-16h00

Les Aubes :

mardi 14h00

mercredi 10h45

La Cavalerie :

mardi 13h15-14h15

Aiguelongue :

lundi 10h00-11h30

La Treille :

lundi 10h00

Docteur Bonnet :

mardi 14h00-15h00

Laure Moulin :

vendredi 14h00-15h00

Lemasson :

vendredi 14h00-15h00

Luis Mariano :

mardi 14h30-16h00

Jacqueline Maillan :

lundi 10h00-11h00 & 11h00-12h00

mardi 11h00-12h00

SAVOIRS ET PARTAGES

Paul Valéry :

mardi 14h00-17h15

La Cavalerie :

mercredi 14h30-16h30

ECOCONSO

La Cavalerie :

mercredi 10h00-11h00

ATELIER DU RIRE

La Cavalerie :

mercredi 1 fois par mois 14h00

ATELIER PÂTISSERIE

Le Lac :

lundi 10h00-12h00

Aiguelongue :

1 jeudi par mois

Jacqueline Maillan :

1 fois par mois

CUISINE

Paul Valéry :

1 mardi sur 2 10h30-14h00

REPAS SOLIDAIRE

Paul Valéry :

vendredi 10h30-14h00

RECETTES ET CONFECTIONS

Les Aubes :

1 mardi par mois 9h30

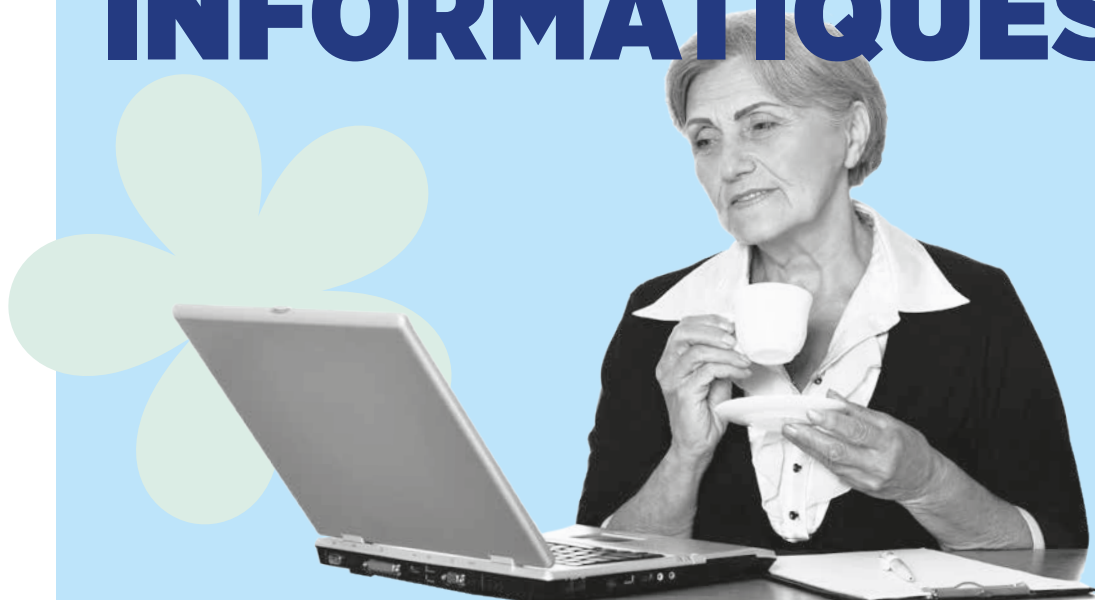
JARDIN PARTAGÉ

La Cavalerie (association)

ACTIVITÉS CULTURELLES



ACTIVITÉS INFORMATIQUES



ACTIVITÉS CULTURELLES

BALADES CULTURELLES

Paul Boulet :
jeudi 10h00-12h30

Docteur Bonnet :
jeudi 10h30-12h30

Luis Mariano :
jeudi 14h00-16h00

SORTIES CULTURELLES

Docteur Bonnet :
mercredi 10h30-12h30

ACTIVITÉS INFORMATIQUES

INITIATION NUMÉRIQUE

La Cavalerie :
lundi 10h00-11h00

BLABLA NUMÉRIQUE

La Cavalerie :
jeudi 10h00-11h00

ACCOMPAGNEMENT NUMÉRIQUE

La Treille :
lundi 10h30-12h00



ACTIVITÉS LITTÉRATURE ET SOCIÉTÉ, THÉÂTRE



ACTIVITÉS LINGUISTIQUES



ACTIVITÉS LITTÉRATURE ET SOCIÉTÉ, THÉÂTRE

THÉÂTRE

Jacqueline Maillan :

jeudi 14h00-17h15

Laure Moulin :

vendredi 15h15-17h00

GOÛTER LITTÉRAIRE

Laure Moulin :

ponctuel vendredi 14h00-17h15

EXPOSITION DE PEINTURE

Laure Moulin :

ponctuel vendredi 14h00-17h15

CONFÉRENCES

Docteur Bonnet :

ponctuel vendredi 14h30-17h00

FILMS DE VOYAGES

Docteur Bonnet :

ponctuel vendredi 14h30-17h00

ATELIER ÉCRITURE

Laure Moulin :

ponctuel vendredi 14h00-17h15

Docteur Bonnet :

se renseigner auprès du club

LECTURE À HAUTE VOIX

Luis Mariano :

vendredi 14h00-17h00

CONTE PHILOSOPHIQUE

Luis Mariano :

vendredi 14h30-16h00



ACTIVITÉS LINGUISTIQUES

ANGLAIS

Laure Moulin :

lundi 9h30-10h45 (confirmé)

jeudi 9h00-10h30 (débutant)

ITALIEN

Laure Moulin :

mardi 10h00-11h45

Luis Mariano :

lundi 14h30-16h00 (confirmé)

Paul Boulet :

lundi 14h00-16h00 (discussion)

ESPAGNOL

Laure Moulin :

lundi une fois par mois 15h00-17h00



ACTIVITÉS PAYANTES



L'ensemble des activités payantes reprennent à partir du lundi 22 janvier 2024 dans les clubs de l'Âge d'Or. Renseignements sur les activités nautiques (aquagym et natation) au 04 99 64 26 28.

Les inscriptions se font dans les clubs informatisés (Les Aubes, Paul Valéry, Laure Moulin, Paul Boulet et Baroncelli) à partir de 9h30.

Depuis 2023, une nouvelle tarification est mise en place, basée sur le quotient familial (Revenu Net Imposable divisé par le nombre de parts fiscales) afin de favoriser l'accès à ces activités aux adhérents les plus modestes.

Les différentes tranches ont été calculées selon les barèmes suivant :

Groupe 1 : Quotient Familial inférieur à 1000 € par mois

Groupe 2 : Quotient Familial de 1000 € à 1250 €

Groupe 3 : Quotient Familial de 1250 € à 1500 €

Groupe 4 : Quotient Familial supérieur à 1500 €

Les adhérents devront présenter leur avis d'imposition de 2023 (sur les revenus de 2022) afin d'appliquer le tarif correspondant à un des groupes.

En cas de non-présentation, le tarif le plus élevé sera appliqué.

L'ensemble des activités sont regroupées en deux groupes, à savoir :

- Activités artistiques : sculpture / modelage, dessin, aquarelle

- Activités physiques : aquagym, yoga, lâcher-prise, Tai-chi, Qi Gong, Tir à l'arc ; Sophrologie, Pilates, Brain-Gym, Gymnastiques adaptée et douce

Un nombre minimum de participants est nécessaire pour le maintien des activités.

Les tarifications du 1^{er} janvier au 1^{er} septembre 2024 sont :

ACTIVITÉS	GROUPE 1	GROUPE 2	GROUPE 3	GROUPE 4
ARTISTIQUES	59 €	76 €	94 €	118 €
PHYSIQUES	35 €	47 €	59 €	71 €

Pour la natation un tarif unique de 24 € est appliqué.

Lotos : 1 € le carton, 1.50 € les 2 cartons, 2.50 € les 3 cartons, 3 € les 4 cartons, 4 € les 5 cartons, 4.50 € les 6 cartons, 5.50 € les 7 cartons, 7.50 € les 10 cartons.

Esthétique : 3 € par séance.

Pour toute inscription à l'une de ces activités, les adhérents doivent présenter la carte de l'Âge d'Or dont le tarif est fixé à 5 € l'année pour les personnes des groupes 3 et 4, la carte est gratuite pour les personnes des groupes 1 et 2.

L'ensemble des inscriptions s'effectuera avec la carte 2023.

ACTIVITÉS PAYANTES

ACTIVITÉS ARTISTIQUES

Sculpture & modelage :

- Club Antonin Balmès
Les jeudis 9h45-10h45
- Club Paul Valéry
Les mercredis 9h30-10h30

Dessin Aquarelle :

- Club Jacqueline Maillan
Les vendredis 9h30-11h30

ACTIVITÉS PHYSIQUES

ACTIVITÉS SPORTIVES :

Sophrologie :

- Club Antonin Balmès :
Les lundis 10h00-11h00 & 11h00-12h00
Les vendredis 10h45-11h45
- Club Lemasson :
Les mardis 10h00-11h00
- Club Laure Moulin :
Les mercredis 10h00-11h00

Brain-Gym :

- Club La Treille (période été)
& Club Dr Bonnet (période hiver) :
Les lundis 10h30-11h30
- Club Aiguelongue :
Les mardis 10h30-11h30
- Club Les Aubes :
Les jeudis 10h30-11h30

Danse bien-être & Lâcher-prise :

- Club La Cavalerie :
Les vendredis 14h00-15h15 & 15h30-16h45

Pilates :

- Club Les Aubes :
Les mercredis 9h30-10h30
- Club Paul Boulet :
Les vendredis 11H-12H30

Qi Gong :

- Club Antonin Balmès :
Les mercredis 9h30-10h30 & 10h30-11h30

Tir à l'arc :

- Les mardis 10h30-11h30 Gymnase Ferrari

Taï-chi :

- Club Paul Valéry :
Les mardis 10h00-11h00 & 11h00-12h00
- Club La Cavalerie :
Les mercredis 10h45-11h45

- Club Lemasson :
Les jeudis 10h-11h
- Club Jacqueline Bégin :
Les jeudis 11h15-12h15

Yoga :

- Club Antonin Balmès :
Les mardis 9h15 & 10h30
- Club Jeanne Galzy :
Les vendredis 9h00
- Club la Cavalerie :
Les vendredis 10h30
- Club Laure Moulin :
Les vendredis 9h00
- Club Laure Moulin :
Les vendredis 10h15

ACTIVITÉS GYMNIQUES :

Gymnastique adaptée :

- Club Aiguelongue :
Les mercredis 9h00
Les vendredis 10h30
- Club Jacqueline Bégin :
Les lundis 10h30
Les jeudis 9h00
- Club Jacqueline Maillan :
Les mardis 9h00
Les jeudis 10h30
- Club Le Lac :
Les lundis et vendredis 10h30
- Club Vincent Scotto :
Les lundis 9h00
- Club Vincent Scotto :
Les mercredis 10h30

Gymnastique douce :

- Club Jeanne Galzy :
Les lundis 9h00
Les mercredi 9h00
- Club Laure Moulin :
Les lundis 11h00
Les jeudis 10h30
- Club Lemasson :
Les lundis 14h30
Les jeudis 9h00
- Club La Cavalerie :
Les mardis 9h30 & 10h30
Les jeudis 11h00
Les vendredis 9h00



ACTIVITÉS NAUTIQUES :

Aquagym piscine Angelotti :

Les lundis 11h15 & 12h15
Les Mardis 11h15 & 15h45
Les jeudis 11h45 & 15h45
Les vendredis 11h15 & 15h45

Aquagym piscine Berlioux :

Les mardis 16h00
Les jeudis 16h00

Aquagym piscine Jarousse :

Les jeudis 16h00

Aquagym piscine Spilliaert :

Les mardis 11h00
Les mercredis 11h00
Les vendredis 11h00

Aquagym piscine Taris :

Les mardis 16h00

Aquagym piscine Vives :

Les lundis 16h00
Les jeudis 16h00

Natation piscine Spilliaert :

Les mardis 11h00
Les vendredis 11h00

Pour de plus amples informations vous pouvez contacter le 04 99 64 26 28



CCAS DE MONTPELLIER

Clubs de l'Âge d'Or

Direction déléguée

à la prévention des

ruptures de parcours

125, place Thermidor

CS 63998

34060 MONTPELLIER Cedex 2

Tél. 04 99 64 26 28

montpellier.fr/ccas



L'ÉGALITÉ, ÇA N'A PAS DE PRIX. BUS ET TRAM GRATUITS.

**POUR TOUS LES HABITANTS
DE LA MÉTROPOLE
DE MONTPELLIER**

**DEPUIS LE
21 DÉCEMBRE 2023**

Tam
montpellier3m


montpellier
méditerranée
métropole