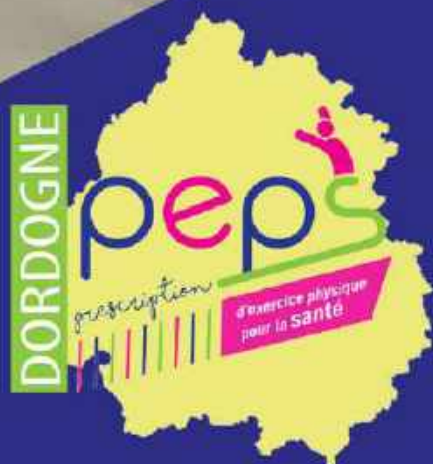


SUR PRESCRIPTION
MÉDICALE

PARLEZ-EN À VOTRE
MÉDECIN



ANNUAIRE RESEAU PEPS DORDOGNE

VOTRE SANTE, C'EST VOUS QUI
L'ENTRENEZ

JANVIER 2022



PEPS 24, un Réseau d'acteurs à votre service

L'association PEPS* Dordogne, créée le 16 Septembre 2019, a pour vocation la mise en réseau de l'ensemble des acteurs œuvrant dans le champ du Sport et de la Santé ; et plus particulièrement celui de la prescription médicale d'activité physique.

Historiquement, le CDOS 24 a impulsé ce dispositif départemental en 2013 : le Réseau Départemental « Sport, Santé & Bien-être ». Force de structuration et soutenu par l'application du décret « Sport sur ordonnance » en 2017, il fait aujourd'hui figure de référence dans le champ de l'offre de pratique d'activité physique pour les personnes atteintes de pathologies chroniques ; sous le nom de Réseau PEPS Dordogne.

Dans ce cadre, le CDOS 24, le CAPCV & PSL24 ont réussi à mobiliser bon nombre de partenaires et d'acteurs autour de ce dispositif : la DDCSPP24, la DT ARS 24, la Direction des Sports du Conseil Départemental, des structures hospitalières et médico-sociales, des médecins et autres professionnels de santé, des associations de patients, etc.

En ce sens, le CDOS 24, le CAPCV & PSL 24 ont fondé l'association PEPS Dordogne. Cette dernière s'attache à mettre en place le dispositif régional PEPS par les actions suivantes :

- la mise en réseau et l'harmonisation de l'offre « Sport Santé »
- la sensibilisation des éducateurs sportifs professionnels et bénévoles
- l'aide à la prescription médicale d'activité physique auprès des médecins
- l'organisation de programmes d'activités physiques adaptées pour un public présentant des freins et des limites à la pratique de l'activité physique

Depuis 2020, une coordinatrice territoriale PEPS est mise à disposition de l'association PEPS 24, afin d'assurer la coordination entre les structures sportives, les professionnels de santé et le public atteints de pathologies chroniques.

C'est dans cet état d'esprit, de travail en réseau, que l'association PEPS 24 répond aux attentes et interrogations des différents acteurs ; permettant de sécuriser le parcours du bénéficiaire à la recherche d'une activité physique adaptée à ses besoins.

*Prescription d'Exercice Physique pour la Santé

Comment utiliser cet annuaire ?

1^{ère} étape

- Sélectionner votre zone géographique



2^{ème} étape

- Choisissez votre activité



3^{ème} étape

- Consulter les informations

- Renseignez-vous sur le site internet en un clic

FRANCE ALZHEIMER DORDOGNE

Educateurs sensibilisés :
Joël FRANCOISE

☎ 05 53 27 30 34
✉ alzheimer.dordogne@orange.fr

🌐 francealzheimer.org/dordogne/
📱 @francealzheimer.dordogne

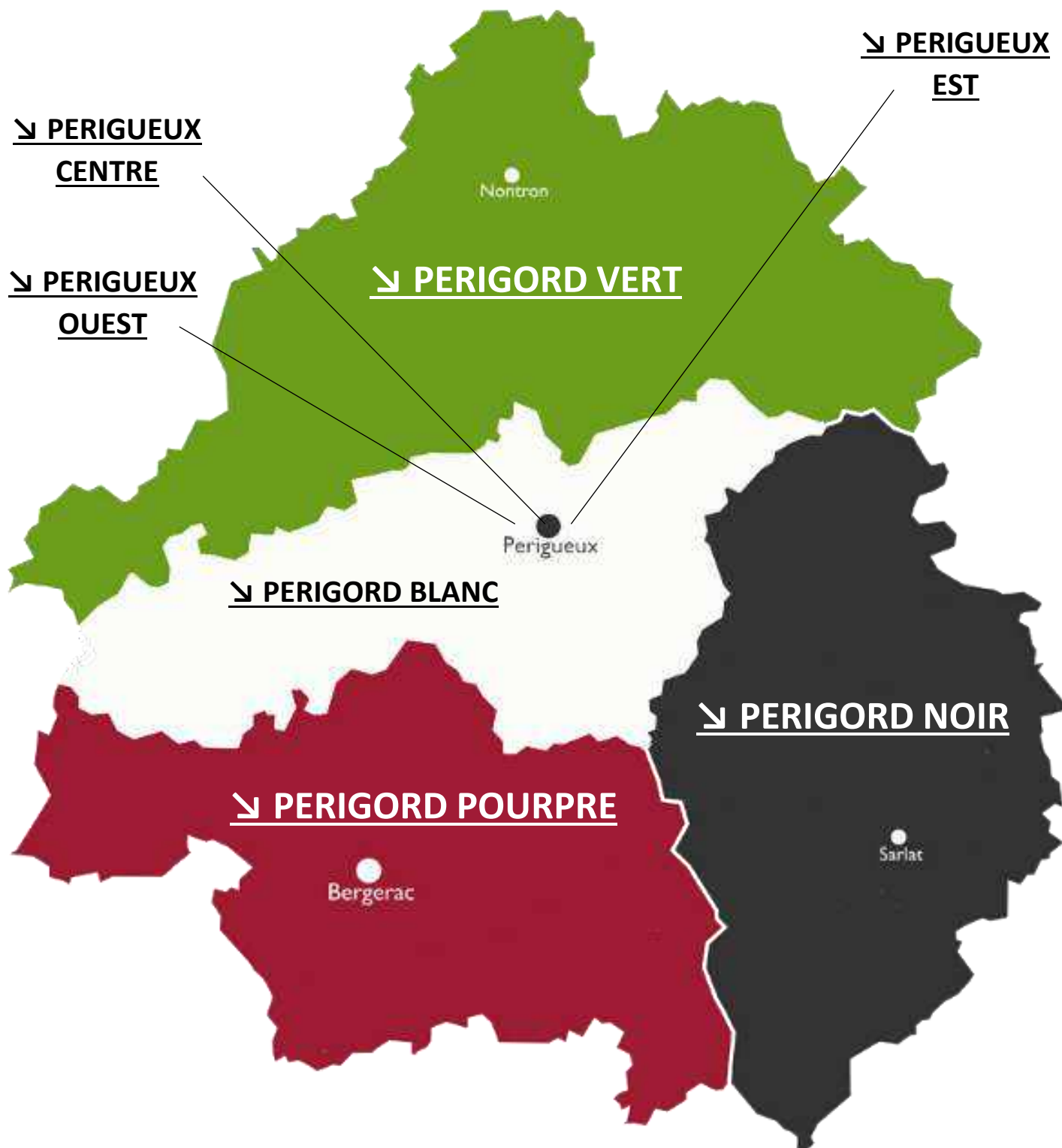
NEURO MOUV'
(Personne souffrant de maladies neuro-éventuelles)
Château de Banceuil, à Thiviers
• Lundi de 15H45 à 15H15

Nombre de séance d'essai : 1
Montant de la cotisation annuelle : 30€ (Adhésion à France Alzheimer)

Si besoin ... Revenez au sommaire de votre Périgord

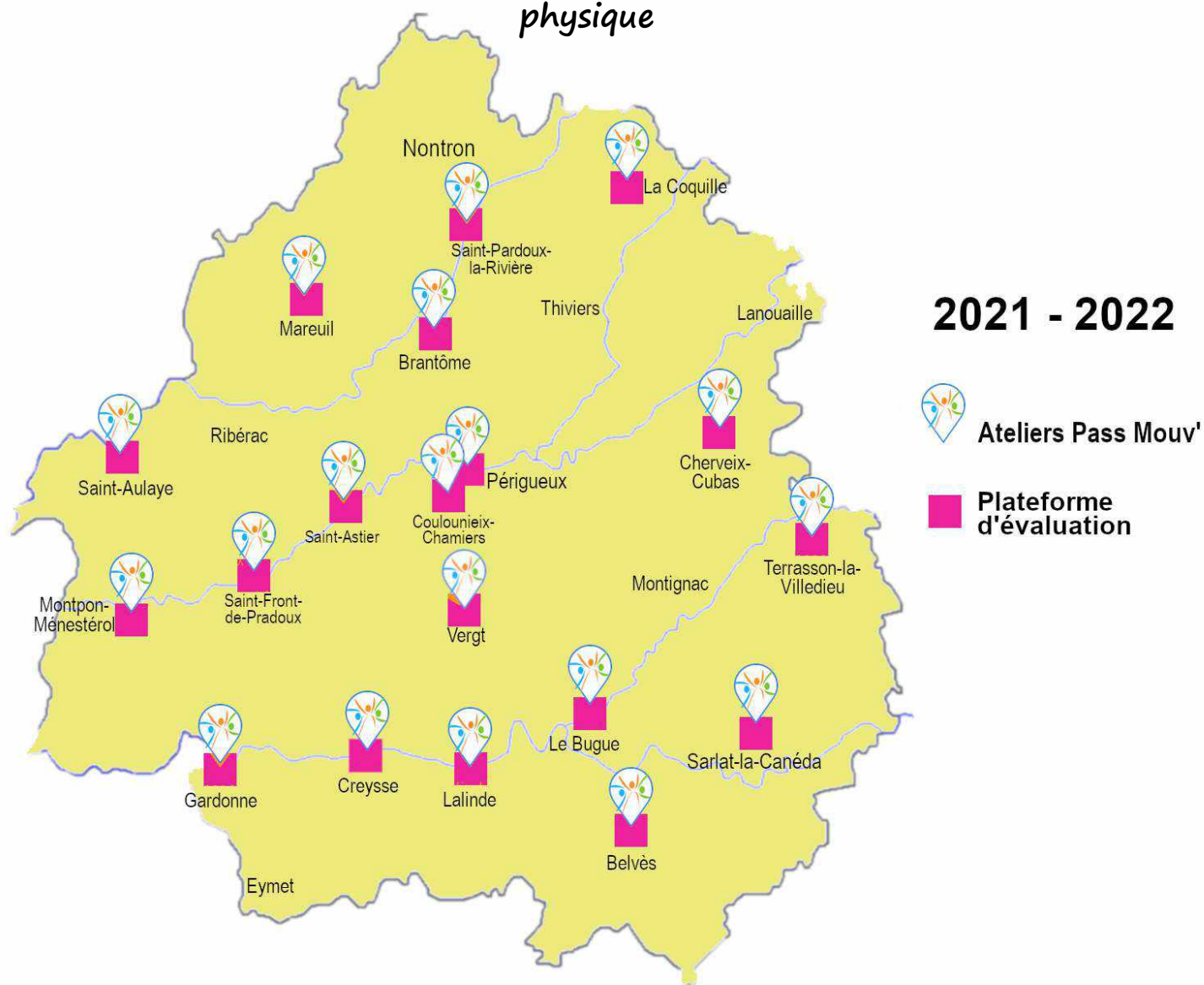


*Je recherche une activité physique, proche de
chez moi*



*Je recherche un atelier d'Activité Physique Adaptée, pour un
reconditionnement physique et motivationnel*

*Je recherche une plateforme d'évaluation de la condition
physique*



2021 - 2022

-  Ateliers Pass Mouv'
-  Plateforme d'évaluation

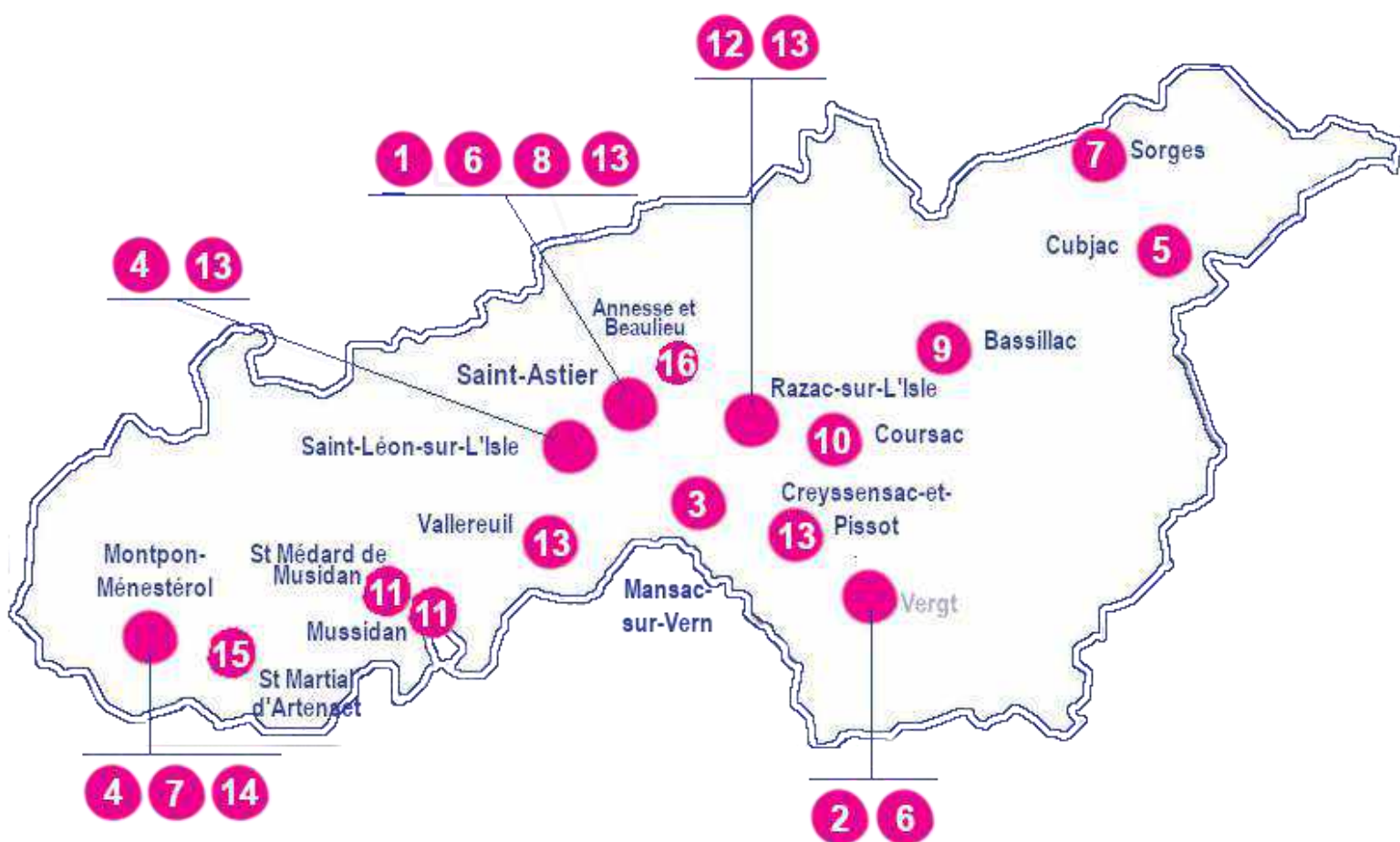
Contact :

Association PEPS Dordogne

coordo24@peps-na.fr

06.43.73.02.28

PERIGORD BLANC





PERIGORD BLANC

1	AL L'ETOILE ST ASTIER → Marche nordique	2	ASSOCIATION APY → Yoga	3	CLUB DE GYMNASTIQUE DE MANZAC → Pilates
4	CONSEIL DEPARTEMENTAL 24 → Dispositif <i>Séniors à Nous la Forme</i>	5	EXPLO NATURE EVASION → Multi-activités	6	FRANCE ALZHEIMER DORDOGNE → Neuro Mouv'
7	SIEL BLEU DORDOGNE → Gymnastique d'entretien	8	FORMEDSA → Gym douce	9	SPORT ATOUT SANTE BASSILLAC → Pilates
10	VITAL TONIC → Pilates, Stretching	11	GE APA → Activité Physique Adaptée	12	BADMINTON CLUB RAZACOIS → Badminton santé
13	TULIP PILATES → Pilates, Gym séniors	14	MONTPON MENESTEROL HANDBALL → Ball Mouv'	15	GYM D'ARTENSET → Gym douce
16	CŒUR ET SANTE ANNESSE ET BEAULIEU → Activité Physique Adaptée (APA)				



AL L'ETOILE ST ASTIER



Educateurs sensibilisés :

Isabelle OMIETANSKY

Isabelle SEDRAN

Patrick MANS

Patrick NADAL

Julia JODON

Pascale GAVAZZI-CHARRON

(Référente)

☎ 06 09 32 58 56

☎ 06 26 90 75 08

✉ marcnordic@sfr.fr

@ [Al l'etoile St Astier](#)

MARCHE NORDIQUE

St Astier

- Mardi à 9H
- Jeudi à 14H
- Samedi à 8H45 - RDV au Bois de Gimel

Nombre de séance d'essai : 1

Montant de la cotisation annuelle : 37 €

ASSOCIATION APY

Educateurs sensibilisés :

Isabelle BELINGHERI

☎ 06 19 38 23 64

✉ beligheri.isabelle@gmail.com

YOGA & RELAXATION - Sur Ordonnance

Salle Marie Charbonnier, à Vergt

- Mercredi de 16H00 à 17H00

Nombre de séance d'essai : 1

Montant de la cotisation annuelle : 12€ / séance ou 120€ pour 12 cours



CLUB DE GYMNASTIQUE DE MANZAC

Educateurs sensibilisés :

Heidi PLANTA

☎ 06 81 25 90 45

✉ planta.heidi@orange.fr

PILATES

Salle des fêtes, Manzac-sur-Vern

- Mardi de 19H à 20H
- Jeudi de 20H à 21H

Nombre de séance d'essai : 2

Montant de la cotisation annuelle :

1 séance / semaine : 80 €

2 séances / semaine : 120 €

SENIORS A NOUS LA FORME



Educateurs sensibilisés :

Rachid KERKRI

☎ 06 30 96 10 72

Charly DESSOLAS

☎ 06 23 41 08 13

✉ cd24.sport@dordogne.fr

@ [Séniors à nous la Forme](#)

f [sportdordogne](#)

MULTI ACTIVITES PHYSIQUES

(Personne de plus de 60 ans)

Salle des fêtes, St Léon sur l'Isle

- Mardi de 9H à 12H, R. KERKRI

Complexe sportif les Massias, à Montpon-Ménésterol

- Vendredi de 9H à 12H, C. DESSOLAS

Nombre de séance d'essai : 1

Montant de la cotisation annuelle : Gratuite



EXPLO NATURE EVASION



Educateurs sensibilisés :

David MONRIBOT

☎ 06 62 48 99 96

✉ explonatureevasion@gmail.com

 [Explo Nature Evasion](https://www.facebook.com/Explo Nature Evasion)

@ [Explo-nature-evasion.fr](https://www.explo-nature-evasion.fr)

SUR DEMANDE, à domicile

Du lundi au vendredi, excepté le mercredi

- Gym douce
- Randonnée pédestre
- Marche nordique
- Tir à l'arc
- Course d'orientation
- Canoë-kayak
- VTT
- Badminton
- Jeux de motricité, équilibre, adresses, etc.
- Du lundi au vendredi,

Nombre de séance d'essai : 2 (Bilan & une séance)

Montant de la cotisation annuelle :

30€ à 50€ / séance

FRANCE ALZHEIMER DORDOGNE



Educateurs sensibilisés :

Lucas ROUBINET

☎ 05 53 27 30 34

✉ alzheimer.dordogne@orange.fr

@ [France Alzheimer Dordogne](https://www.francealzheimerdordogne.com)

 [francealzheimerdordogne](https://www.francealzheimerdordogne.com)

NEURO MOUV'

(Personne souffrant de maladies neuro-évolutives)

Salle du SSIAD, à St Astier

- Mercredi de 14H à 15H30

Salle du Conseil, Mairie de Vergt

- Lundi de 14H30 à 16H

Nombre de séance d'essai : 1

Montant de la cotisation annuelle :

30€ (Adhésion à France Alzheimer)



SIEL BLEU DORDOGNE



Educateurs sensibilisés :

Rebecca VALUE
Nelly FAURE

☎ 06 46 69 68 34

✉ morgan.desousa@sielbleu.org

@ [sielbleu](https://www.sielbleu.org)

GYM D'ENTRETIEN

(Personne de plus de 60 ans)

Salle St Eloi, à Montpon-Ménéstérol

- Mardi de 10H à 11H30, R. VALUE

Salle des fêtes, à Sorges

- Mercredi de 9H30 à 10H30, N. FAURE
- Mercredi de 10H30 à 11H30, N. FAURE

Nombre de séance d'essai : 1

Montant de la cotisation annuelle :

45€ les 12 séances de 1H

50 € les 12 séances de 1H30

FORMEDSA

Educateurs sensibilisés :

Laurence YSABEL

☎ 07 80 51 84 86

✉ familleysabel@hotmail.com

GYM DOUCE

Maison des associations (Gimel), à St Astier

- Lundi de 14H30 à 15H30
- Lundi de 15H45 à 16H45

Nombre de séance d'essai : 1

Montant de la cotisation annuelle : 6€/séance ou 50€ / 10 séances



SPORT ATOUT SANTE BASSILLAC



Educateurs sensibilisés :

Nathalie MAURIN

☎ 06 33 75 43 94

✉ sport.atout.sante@orange.fr

PILATES

Salle de danse, à Bassillac (Place de l'église)

- Lundi de 18H30 à 20H
- Mercredi de 18H30 à 20H

PILATES

Salle des fêtes, à Bassillac

- Vendredi de 18H30 à 20H

PILATES & POSTURES RESTAURTIVES (Public souffrant de pathologies chroniques)

Salle de danse, à Bassillac (Place de l'église)

- Mercredi de 17H30 à 18H30

MARCHE NORDIQUE & ACTIVITES ENERGETIQUES

alentours de Bassillac

- Dimanche de 10H00 à 12H00 – Sur inscription

Nombre de séance d'essai : 2

Montant de la cotisation annuelle :

22€ licence et 3€ la séance



VITAL TONIC



Educateurs sensibilisés :
Marie-Christine MERLATEAU

☎ 06 25 84 54 42

✉ vitaltonic@outlook.fr

@ [vitaltonic](#)

f [VitalTonic](#)

PILATES, STRETCHING

Salle Dominique Lamy, à Coursac

- Lundi de 19H30 à 20H15
- Jeudi de 18H45 à 19H30

Nombre de séance d'essai : 2

Montant de la cotisation annuelle :

230€ (Accès à tous les cours : Coursac & Périgueux)
190€ (Accès aux cours de Coursac seulement)

GE APA



Educateurs sensibilisés :
Mathilde MEEKEL
Chloé MARIE

☎ 06 11 13 27 83

✉ mathilde.meekel@ge-apa-sante.com

@ [ge-apa-santé](#)

ACTIVITE PHYSIQUE ADAPTEE (APA)

Plus de 60 ans

Salle des fêtes, à St Médard de Mussidan

- Jeudi de 10H30 à 12H

ACTIVITE PHYSIQUE ADAPTEE (APA)

Salle des fêtes, à St Médard de Mussidan

- Jeudi de 9H15 à 10H15

Nombre de séance d'essai : 1

Montant de la cotisation annuelle :

Gratuit pour les plus de 60 ans
18€/mois



BADMINTON CLUB RAZACOIS



Educateurs sensibilisés :

Charles D'ALBUNDOS

☎ 06 88 81 63 47

✉ bcr24@orange.fr

@ [bcr24](https://www.instagram.com/bcr24)

f [Badminton Club Razacois](https://www.facebook.com/BadmintonClubRazacois)

BADMINTON SANTE

Salle polyvalente, Razac sur l'Isle

- Jeudi de 18H – 19H30

Nombre de séance d'essai : 2

Montant de la cotisation annuelle : 30€

MONTPON MENESTEROL HANDBALL



Educateurs sensibilisés :

Martine LEBRAUD

☎ 06 37 06 61 17

✉ martinelebraud@orange.fr

@ [montpon-menesterol-handball.fr](https://www.instagram.com/montpon-menesterol-handball.fr)

f [Montpn Menesterol Handball](https://www.facebook.com/MontpnMenesterolHandball)

BALL MOUV

Gymnase Cousset, à Montpon-Ménestérol

- Jeudi de 18H30 à 19H30
- Dimanche de 10H à 11H

Nombre de séance d'essai : 2

Montant de la cotisation annuelle : 85€ / an



TULIP PILATES



Educateurs sensibilisés :

Heidi PLANTA

Aline HEYLE

☎ 06 81 25 90 45

✉ heidi@tulippilates-valleedelisle.com

@ [tulippilates-valleedelisle](https://www.instagram.com/tulippilates-valleedelisle)

f [TulipPilates – Vallée de l'Isle](https://www.facebook.com/TulipPilates-Vallée-de-l'Isle)

PILATES

Saint Léon sur l'Isle

- Lundi de 15H15 à 16H15
- Mardi de 14H à 15H00 – Niv. Intermédiaire
- Mardi de 15H15 à 16H15 – Niv. Débutant
- Mercredi de 10H à 11H – Niv. Intermédiaire
- Mercredi de 11H15 à 12H15 – Niv. Débutant

Vallereuil

- Lundi de 17H30 à 18H30
- Jeudi de 9H à 10H – Niv. Intermédiaire
- Jeudi de 10H15 à 11H15 – Niv. Débutant

Saint-Astier

- Lundi de 19H à 20H
- Lundi de 20H15 à 21H15
- Jeudi de 18H30 à 19H30

Creysensac-et-Pissot

- Mercredi de 19H à 20H
- Vendredi de 10H30 à 11H30

GYM SENIORS

Saint Léon sur l'Isle

- Lundi de 14H à 15H
- Jeudi de 15H à 16H

GYM SENIORS

Gymnase, Razac sur l'Isle

- Jeudi de 10H30 à 12H

Nombre de séance d'essai : 2

Montant de la cotisation annuelle :

1 cours / semaine : 80€ / an

2 à 3 cours / semaine : 120€

Cours illimité : 150 €

Cours illimité : 60€ / trimestre



GYM D'ARTENSET

Educateurs sensibilisés :

Martine LEBRAUD

☎ 06 37 06 61 17

✉ martinelebraud@orange.fr

GYM DOUCE

Salle des fêtes, à St Sauveur de Lalande

- Lundi de 15H à 16H

Nombre de séance d'essai : 1

Montant de la cotisation annuelle : 115€ / an

CŒUR ET SANTE ANESSE ET BEAULIEU



Educateurs sensibilisés :

Benjamin DALLA-COSTA

☎ 06 72 80 20 89

ACTIVITE PHYSIQUE ADAPTEE (APA)

Salle polyvalente, à Annesse et Beaulieu

- Lundi de 17H15 à 18H15

Nombre de séance d'essai : NR

Montant de la cotisation annuelle : NR

PERIGORD NOIR





- | | | | | | |
|-----------|---|-----------|---|----------|--|
| 1 | CHACUN SA GYM ➔
Marche nordique, gym douce | 2 | COMPTOIR DES SPORTS
NATURE DU PERIGORD NOIR ➔
Marche nordique | 3 | CONNAITRE MEYRALS ➔
Randonnée pédestre |
| 4 | CONSEIL DEPARTEMENTAL 24 ➔
Dispositif Séniors à Nous la
Forme | 5 | SIEL BLEU DORDOGNE ➔
Gymnastique d'entretien | 6 | AMICALE LAÏQUE
MONTIGNACOISE ➔
Gym séniors, gym douce |
| 7 | LASSERRE AUDREY COACHING ➔
Pilates, De Gasquet
Abdominaux, Circuit training,
Mobilités/stretching | 8 | FREDERIC GRAS ➔
Yoga | 9 | AU BOS CHEVAL ROUGE ➔
Approche du cheval & exercice
à pied ou préparation de
l'activité à cheval |
| 10 | JUDO CLUB TERRASSON ➔
Bouge ton corps | 11 | VALLEE DE L'HOMME FITNESS ➔
Renforcement musculaire,
Pilates | | |



CHACUN SA GYM EN PERIGORD NOIR



Educateurs sensibilisés :

Laurence ROCHES

☎ 06 74 61 05 37

✉ chacun.sa.gym.pn@gmail.com

@ [chacunsagym](https://www.instagram.com/chacunsagym)

f [Chacun sa gym en Périgord Noir](https://www.facebook.com/Chacun%20sa%20gym%20en%20P%C3%A9rigord%20Noir)

GYM SENIORS AVEC CHAISE

Complexe sportif de la Canéda, à Sarlat-la-Canéda

- Vendredi de 9H à 10H

MARCHE NORDIQUE (3 à 4 Km)

Aux alentours de Sarlat-la-Canéda

- Lundi de 14H à 16H

Nombre de séance d'essai : 1

Montant de la cotisation annuelle :

Gym : 110€ / an

Marche nordique : 120€ / an

COMPTOIR DES SPORTS NATURE DU PERIGORD NOIR

Educateurs sensibilisés :

Jérôme MERCHADOU

☎ 05 53 30 24 00

☎ 06 71 76 34 01

✉ jeromemerchadou@orange.fr

@ [sports-nature-perigord](https://www.instagram.com/sports-nature-perigord)

f [sportsnatureperigord](https://www.facebook.com/sportsnatureperigord)

APPRENTISSAGE DE LA MARCHÉ NORDIQUE

Lieu de RDV, à voir avec l'éducateur

- Sur demande : 2 séances de 2 heures
- 2 pratiquants maximum

Nombre de séance d'essai : /

Montant de la cotisation annuelle : 60€ / séance



CONNAITRE MEYRALS



Educateurs sensibilisés :

Jacqueline JOUANEL

☎ 06 81 48 04 22

✉ jjouanel@gmail.com

@ [connaître-meyrals](https://www.connaître-meyrals.com)

RANDONNEE PEDESTRE

Lieu de RDV, à voir avec l'éducatrice

- Jeudi de 14H30 à 17H, Tous les 15 jours

Nombre de séance d'essai : 1

Montant de la cotisation annuelle : 37€ / an

SENIORS A NOUS LA FORME



Educateurs sensibilisés :

Gilles BELIERES

☎ 06 30 95 03 75

Charly DESSOLAS

☎ 06 23 41 08 13

✉ cd24.sport@dordogne.fr

@ [Séniors à nous la Forme](https://www.seniors-à-nous-la-forme.com)

f [sportdordogne](https://www.facebook.com/sportdordogne)

MULTI ACTIVITES PHYSIQUES

(Personne de plus de 60 ans)

Salle polyvalente, à Daglan

- Mardi de 9H à 12H, G. BELIERES

Salle polyvalente, à Thenon

- Jeudi de 9H à 12H, C.DESSOLAS

Salle polyvalente, à St Cyprien

- Jeudi de 9H à 12H, G. BELIERES

Nombre de séance d'essai : 1

Montant de la cotisation annuelle : Gratuite



SIEL BLEU DORDOGNE



Educateurs sensibilisés :

Nelly FAURE

☎ 06 46 69 68 34

✉ morgan.desousa@sielbleu.org

@ [sielbleu](https://www.sielbleu.org)

GYM D'ENTRETIEN

(Personne de plus de 60 ans)

Salle des fêtes, à Plazac

- Jeudi de 9H à 10H

Nombre de séance d'essai : 1

Montant de la cotisation annuelle :

45€ les 12 séances de 1H

50 € les 12 séances de 1H30

AMICALE LAIQUE DU MONTIGNACOIS



Educateurs sensibilisés :

Adrien LAPORTE

☎ 05 53 51 86 88

✉ laporteadrien@hotmail.com

@ [Amicale laïque de Montignacois](https://www.amicale-laïque-de-montignacois.com)

GYM SENIORS

Dojo, Espace Nelson Mandela, à Montignac

- Jeudi de 9H45 à 10H45

GYM DOUCE

Dojo, Espace Nelson Mandela, à Montignac

- Vendredi de 10H à 11H

Nombre de séance d'essai : 2

Montant de la cotisation annuelle : 100€



LASSERRE AUDREY COACHING



Educateurs sensibilisés :

Audrey LASSERRE

☎ 06 72 54 27 38

✉ audreylasserre24@hotmail.fr

 [Lasserre Audrey Coaching](#)

SUR DEMANDE, à domicile

Saint Crépin et Carlucaet

- Pilates
- De Gasquet abdominaux
- Circuit training
- Renforcement
- Mobilités/Stretching

Nombre de séance d'essai : 0

Montant de la cotisation annuelle : 30€/séance

FREDERIC GRAS

Educateurs sensibilisés :

Frédéric GRAS

☎ 06 62 46 22 57

✉ yoga.fredericgras@gmail.com

YOGA

Sarlat-la-Canéda

- Se renseigner auprès de Frédéric

YOGA, sur demande à domicile

Entre Sarlat, Souillac, Salignac

- Se renseigner auprès de Frédéric

Nombre de séance d'essai : 0

Montant de la cotisation annuelle :

10€ le premier cours

300€ / an pour le cours collectif à Sarlat

Se renseigner pour les cours à domicile



TOUS EN SELLE AU BOS CHEVAL ROUGE



Educateurs sensibilisés :

Maëva POILLON

☎ 06 47 96 68 38

✉ contact@boschevalrouge.fr

@ [boschevalrouge.fr](https://www.boschevalrouge.fr)

f [@boschevalrouge](https://www.facebook.com/boschevalrouge)

APPROCHE DU CHEVAL & EXERCICES A PIED

Centre équestre du Bos Cheval Rouge, à Belvès

- Lundi de 10H30 à 11H15
- Vendredi de 10H30 à 11H15

APPROCHE DU CHEVAL & PREPARATION A L'ACTIVITE A CHEVAL

Centre équestre du Bos Cheval Rouge, à Belvès

- Lundi de 11H15 à 12H
- Vendredi de 11H15 à 12H

Nombre de séance d'essai : 1

Montant de la cotisation annuelle : 36€ / an + 30€ / séance

JUDO CLUB TERRASSON

Educateurs sensibilisés :

Jérémy ROUSSEL

☎ 06 76 77 58 32

BOUGE TON CORPS

Dojo, à Terrasson-Lavilledieu

- Lundi de 10H30 à 11H15

Nombre de séance d'essai : 1

Montant de la cotisation annuelle : 100€ / an




VALLEE DE L'HOMME FITNESS



Educateurs sensibilisés :

David MONRIBOT

Adrien LAPORTE

 06 34 61 15 35

 asso.vhfitness@gmail.com



RENFORCEMENT MUSCULAIRE

Salle des fêtes, à Valojoux

- Lundi de 19H15 à 20H

PILATES

Salle des fêtes, à Aubas

- Mardi 19H à 20H

CIRCUIT TRAINING

Salle des fêtes, à Aubas

- Jeudi 19H15 à 20H

Nombre de séance d'essai : 2

Montant de la cotisation annuelle : 165€ / an

PERIGORD VERT





1	NABE → Marche Bien-Être, Gym Bien-Être	2	CONSEIL DEPARTEMENTAL 24 → Dispositif <i>Séniors à Nous la Forme</i>	3	FIT OXYGENE → Gymnastique douce, Yoga
4	FRANCE ALZHEIMER DORDOGNE → Neuro Mouv'	5	GYMNASTIQUE VOLONTAIRE DE LANOUAILLE → Activité gymnique	6	AL EYZERAC → Sport Santé autour du basket
7	GYMNASTIQUE VOLONTAIRE RANDONNES RIBERACOISES → Gymnastique douce	8	MARCH'DOUBLE → Randonnée pédestre	9	SERVICE DES SPORTS – MAIRIE DE NONTRON → Multi-activités
10	SIEL BLEU → Gymnastique d'entretien - Séniors	11	TENNIS CLUB VAL DE DRONNE → Tennis Santé	12	CŒUR & SANTE PERIGORD VERT → Multi-activités
13	GV SARRAZAC → Activités gymniques	14	GV DUSSAC → Activités gymniques	15	MOUVEMENT ET BIEN-ETRE → Pilates, marche nordique
16	PONEY CLUB → Activité équestre	17	ECOLE DU DOS MAIL 14 →		



NATURE ACTIVE BIEN-ÊTRE

Educateurs sensibilisés :

Myriam LECLERC

☎ 06 65 02 97 68

✉ assonabe@gmail.com

@ assonabe.wordpress.com

MARCHE BIEN ETRE

Brantôme-en-Périgord

- Samedi de 10H à 11H30 (1 fois par mois)

MARCHE ACTIVE

Brantôme-en-Périgord

- Samedi de 10H à 11H30 (1 fois par mois)

GYM BIEN ETRE

Gymnase, à Brantôme-en-Périgord

- Jeudi de 18H à 19H

Nombre de séance d'essai : 4

Montant de la cotisation annuelle : 125€ / an

SENIORS A NOUS LA FORME



Educateurs sensibilisés :

Geoffrey ABRIAT

☎ 06 33 51 58 78

Régis VERGNE

☎ 06 73 42 99 02

Arnaud BRIEULE

☎ 06 89 72 43 77

Arnaud DUTRUCH

☎ 06 30 94 61 95

Jean-Luc DELPECH

☎ 06 87 44 46 33

✉ cd24.sport@dordogne.fr

@ Seniors à nous la Forme

sportdordogne

MULTI ACTIVITES PHYSIQUES

(Personne de plus de 60 ans)

Salle des fêtes, à St Martial de Valette

- Mardi de 9H à 12H, G.ABRIAT

Salle de la Pépète, à Jumilhac-le-Grand

- Lundi de 14H à 16H, R. VERGNE

Salle des fêtes, à St Jory de Lasbloux

- Lundi de 9H à 12H, A. BRIEULE

Salle des fêtes, à Villetoureix

- Jeudi de 9H à 12H, A. DUTRUCH

Salle polyvalente, à St Aulaye

- Mardi de 9H à 12H, J-L DELPECH

Nombre de séance d'essai : 1

Montant de la cotisation annuelle : Gratuite



FIT OXYGENE

Educateurs sensibilisés :

Sylvie BRUN

☎ 06 60 35 23 30

✉ brunsylvie73@yahoo.fr

@ [Fit Oxygene](#)

f [FitOxygene](#)

FIT OXYGENE

CARDIO FITNESS

Salle de l'ancien gymnase, à Ribérac

- Lundi de 18H à 19H
- Mardi de 20H à 21H
- Mercredi de 18H à 19H

Nombre de séance d'essai : 1

Montant de la cotisation annuelle :

1 cours / semaine : 100€ / an

Cours illimité : 145€ / an

FRANCE ALZHEIMER DORDOGNE



Educateurs sensibilisés :

Joël FRANCOISE

☎ 05 53 27 30 34

✉ alzheimer.dordogne@orange.fr

@ [francealzheimer](#)

f [francealzheimerDordogne](#)

NEURO MOUV'

(Personne souffrant de maladies neuro-évolutives)

Château de Banceuil, à Thiviers

- Lundi de 13H45 à 15H15

Nombre de séance d'essai : 1

Montant de la cotisation annuelle :

30€ (Adhésion à France Alzheimer)



GYMNASTIQUE VOLONTAIRE DE LANOUAILLE



Educateurs sensibilisés :

Sylvie MIGOUT

☎ 06 79 15 46 17

✉ sylvie.migout-pascarel@orange.fr

ACTIVITES GYMNIQUES & JEUX GYMNIQUES

Salle polyvalente, à Lanouaille

- Mercredi de 10H à 11H30
- Jeudi de 20H30 à 22H

Nombre de séance d'essai : 2

Montant de la cotisation annuelle : 60€ / an

AL EYZERAC



Educateurs sensibilisés :

Maxime TRASKUS

☎ 06 16 27 80 48

✉ eyzeracbasketball@gmail.com

@ basket-eyzerac.fr

SPORT SANTE AUTOUR DU BASKET

Gymnase, à Eyzerac

- Jeudi de 18H45 à 20H15

Nombre de séance d'essai : 2

Montant de la cotisation annuelle : 90€ / an



GYMNASTIQUE VOLONTAIRE NONTRON



Educateurs sensibilisés :

Dany DEBORD
Tatiana DELAGE

☎ 06 74 43 77 52

✉ danydebord@live.fr

f [gymnastiquevolontairenontron](https://www.facebook.com/gymnastiquevolontairenontron)

HATHA – YOGA, YOGA NIDRA, MEDITATION

Dojo de la Maison des Sports, à Nontron

- Mardi de 19H30 à 21H
- Jeudi de 17H30 à 19H

Nombre de séance d'essai : 2

Montant de la cotisation annuelle : 96€ / an ou 10€ / mois

GYMNASTIQUE VOLONTAIRE & RANDONNEES RIBERACOISES

Educateurs sensibilisés :

Paul ADJRIOU

☎ 06 81 21 36 30

✉ jjbonvalet@gmail.com

@ [la-gymnastique-et-la-randonnee](https://www.facebook.com/la-gymnastique-et-la-randonnee)

GYMNASTIQUE VOLONTAIRE SENIORS

Gymnase du Lycée, à Ribérac

- Lundi de 12H30 à 13H30
- Lundi de 17H à 18H
- Mercredi de 16H45 à 17H45

Salle polyvalente, à Festalemps

- Mardi de 15H à 16H

Nombre de séance d'essai : 1

Montant de la cotisation annuelle : 123€ / an



MARCH'DOUBLE



Educateurs sensibilisés :

Jean Philippe GAUTRIAS
Daniel BOUCHET

☎ 06 12 52 84 67

☎ 06 70 10 55 80

✉ marchedouble@orange.fr

@ Marchdouble24490

f [March'Double](#)

RANDO SANTE

RDV : Place de l'étoile, à La Roche-Chalais

- Mardi de 14H à 17H

Nombre de séance d'essai : 2

Montant de la cotisation annuelle : 36€ / an

SERVICE DES SPORTS – MAIRIE DE NONTRON



Educateurs sensibilisés :

Jean-Manuel GUILLEMAT

☎ 06 70 88 26 52

✉ maison.sports@nontron.fr

@ [Nontron](#)

MULTI-ACTIVITES

(Séniors)

Maison des Sports, à Nontron

- Vendredi de 9H30 à 11H30

Nombre de séance d'essai : 2

Montant de la cotisation annuelle : Gratuit



SIEL BLEU DORDOGNE



Educateurs sensibilisés :

Nelly FAURE

☎ 06 46 69 68 34

✉ morgan.desousa@sielbleu.org

@ [sielbleu](https://www.sielbleu.org)

GYM D'ENTRETIEN

(Personne de plus de 60 ans)

Salle des fêtes, à Payzac

- Mardi de 10H à 11H30

Nombre de séance d'essai : 1

Montant de la cotisation annuelle :

45€ les 12 séances de 1H

50 € les 12 séances de 1H30

TENNIS CLUB VAL DE DRONNE



Educateurs sensibilisés :

Christiane DEMARTEAU

Florent DAULE

☎ 06 85 05 30 67

✉ 59240666@fft.fr

@ club.fft.fr/tc.valdedronne

 [TCValdeDronne](https://www.facebook.com/TCValdeDronne)

TENNIS SANTE

Tennis Club, à Lisle

- Mercredi de 14H à 16H

TENNIS SANTE

Tennis Club, à St Méard de Dronne

- Jeudi de 17H à 18H

TENNIS SANTE

Tennis Club, à Celles

- Lundi de 17H à 18H

Nombre de séance d'essai : 2

Montant de la cotisation annuelle : 70€ / an



CŒUR ET SANTE PERIGORD VERT



Educateurs sensibilisés :

Pascal PETIT

☎ 06 87 16 75 77

☎ 06 45 59 20 27

MULTIACTIVITES

Salle polyvalente, à St Pardoux-la-Rivière

- Mercredi de 17H30 à 18H30

Nombre de séance d'essai : 1

Montant de la cotisation annuelle : 70€ /an

GYMNASTIQUE VOLONTAIRE SARRAZAC



Educateurs sensibilisés :

Sylvie MIGOUT

☎ 06 79 15 46 17

✉ sylvie.migout-pascarel@orange.fr

GYMNASTIQUE VOLONTAIRE

Salles des fêtes, à Sarrazac

- Lundi de 19H à 20H30

Nombre de séance d'essai : 1

Montant de la cotisation annuelle : 60€ / an



GYMNASTIQUE VOLONTAIRE DUSSAC



Educateurs sensibilisés :

Sylvie MIGOUT

☎ 06 79 15 46 17

✉ sylvie.migout-pascarel@orange.fr

GYMNASTIQUE VOLONTAIRE

Salles des fêtes, à Dussac

- Lundi de 15H à 16H30

Nombre de séance d'essai : 1

Montant de la cotisation annuelle : 60€ / an

MOUVEMENT ET BIEN-ETRE EN PERIGORD VERT



Educateurs sensibilisés :

Sophie GAY-EVANS

☎ 06 71 88 60 49

✉ sophiegayevans@gmail.com

 [Mouvement et Bien-Etre en Périgord Vert](#)

PILATES

Le Ciella, Av. du Dr Trocheport , à Excideuil

- Mardi de 9H à 10H
- Mardi de 10H30 à 11H30
- Mardi de 17H30 à 18H30
- Mardi de 19H à 20H
- Mercredi de 9H30 à 10H30
- Mercredi de 11H à 12H
- Mercredi de 17H30 à 18H30
- Jeudi de 9H30 à 10H30
- Jeudi de 17H30 à 18H30
- Jeudi de 19H à 20H

MARCHE NORDIQUE

Excideuil et alentours

- Se renseigner auprès de l'éducatrice

Nombre de séance d'essai : 2

Montant de la cotisation annuelle : 40€ + 75€ de cotisation trimestrielle



PONEY CLUB

Educateurs sensibilisés :

Typhaine CHAPEYROUX

☎ 06 72 12 27 50

✉ poneyclubstpantaly@gmail.com

@ poney-club-saint-pantaly.fr

f [@equitation.domicile](https://www.facebook.com/@equitation.domicile)

ACTIVITE AVEC CHEVAL (à pied ou à cheval)

Poney Club, à St Pantaly d'Excideuil

- Mardi de 11H à 12H30
- Jeudi de 11H à 12H30

Nombre de séance d'essai : 0

Montant de la cotisation annuelle : se renseigner auprès de Typhaine

ECOLE DU DOS MAIL 14

Kinésithérapeutes :

Thierry MAZIERE

☎ 06 22 28 30 21

✉ thierry.maziere@me.com

ECOLE DU DOS MAIL 14

Maison de santé, à Ribérac

- Lundi de 19H à 20H – Niveau intermédiaire
- Mercredi de 18H à 19H – Niveau débutant
- Mercredi de 19H à 20H – Niveau confirmé

Entretien individuel de bilan avant la première séance

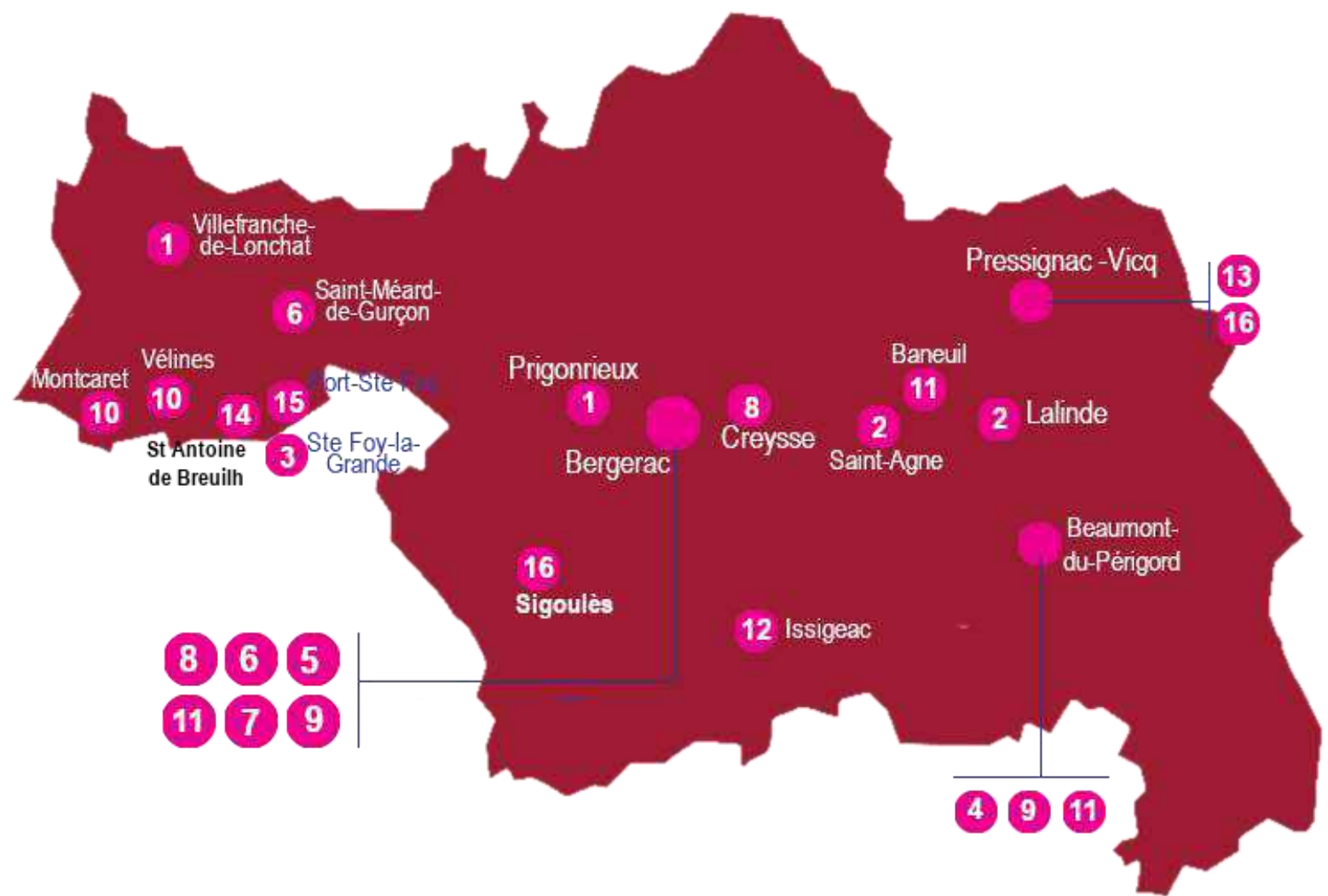
Nombre de séance d'essai : 1

Montant de la cotisation annuelle :

10€ / séance

Abonnement 10 mois : 35€/mois

PERIGORD POURPRE





1	CONSEIL DEPARTEMENTAL 24 ➔ Dispositif Séniors à Nous la Forme	2	CONVIVAL GYM 24 ➔ Pilates, Gym tonic, gymnastique posturale	3	CREA FORME ➔ Gym douce
4	DELTA SPORTS ➔ Marche, stretching, pilates, circuit cardio-training, yoga	5	ENFANTS DE FRANCE BERGERAC-Section Gym Détente ➔ Gym Forme Santé, Stretching, Gym douce	6	FRANCE ALZHEIMER DORDOGNE ➔ Neuro Mouv'
7	G MON COACH ➔ Méthode de Gasquet : Yoga, postural ball, stretching, activité gymnique	8	QI LONG PAI ➔ Gym Form Détente, Gym douce stretching, Qi Gong	9	HEMERA ➔ Nordic yoga, Sport après cancer
10	SIEL BLEU DORDOGNE ➔ Gym d'entretien	11	GE APA ➔ Activité Physique Adaptée	12	CECILE COACH ➔ Multi-activités
13	GV PRESSIGNACO-VICQUOISE ➔ Gym bien-être, gym fitness, gym séniors postures santé, gym cardio	14	CANOE-KAYAK ST ANTOINAI ➔ Canoë-Kayak santé	15	ENTRE MOULINS ET RIVIERE ➔ Randonnée pédestre
16	SPORTS ET LOISIRS SERVICE CONSEILS ET PRESTATIONS ➔ Marche nordique				



SENIORS A NOUS LA FORME



Educateurs sensibilisés :

Céline DUBOS

☎ 06 30 95 67 36

Georges VINCENT

☎ 06 33 69 20 32

✉ cd24.sport@dordogne.fr

@ [Séniors à nous la Forme](#)

f [sportdordogne](#)

MULTI ACTIVITES PHYSIQUES

(Personne de plus de 60 ans)

Gymnase, à Prigonrieux

- Jeudi de 9H à 12H, C. DUBOS

Gymnase, à Villefranche de Lonchat

- Vendredi de 9H à 12H, G. VINCENT

Nombre de séance d'essai : 1

Montant de la cotisation annuelle : Gratuite

CREA FORME



Educateurs sensibilisés :

Stéphanie BORSATO

☎ 06 77 03 24 60

✉ creaforme33@gmail.com

f [creaforme](#)

SPORT SANTE

Salle Créa Forme, 95 rue Victor Hugo, à Ste Foy-la-Grande

- Jeudi de 11H à 12H, avec Stéphanie

PREVENTION MAL DE DOS

Salle Créa Forme, 95 rue Victor Hugo, à Ste Foy-la-Grande

- Lundi de 11H à 12H, avec Grégory
- Lundi de 12H30 à 13H30, avec Grégory

Nombre de séance d'essai : 1

Montant de la cotisation annuelle : 280€ / an



CONVIVAL GYM



Educateurs sensibilisés :

Céline GALISSAIRE

☎ 06 77 65 01 04

✉ convivialgym@gmail.com

@ [Convivial Gym 24](#)

f [Convivial Gym 24](#)

PILATES

Gymnase de Port de Couze, à Lalinde

- Lundi de 18H30 à 19H15
- Vendredi de 9H15 à 10H00

STEP

Gymnase de Port de Couze, à Lalinde

- Lundi de 19H30 à 20H15

BODY SCULPT

Salle des fêtes, à St Capraise de Lalinde

- Jeudi de 18H30 à 19H15

MARCHE NORDIQUE / RANDO FITNESS

Lieux de RDV : Se renseigner

- 1 fois par mois, se renseigner

Nombre de séance d'essai : 1

Montant de la cotisation annuelle : 180€ /an + 65€ / trimestre ou 5€ / séance



ENFANTS DE FRANCE BERGERAC SECTION GYM DETENTE



Educateurs sensibilisés :

Florence SERVANT
Chantale CONSTANTIN
Tina BOILEAU

☎ 05 53 57 74 28

✉ efbgymform@gmail.com

@ enfants-de-france-bergerac.over-blog

f [EnfantsFranceBergerac](https://www.facebook.com/EnfantsFranceBergerac)

GYM FORME SANTE

Enfants de France, 2 Place Javerzac, à Bergerac

- Lundi de 17H55 à 18H55, F. SERVANT

STRETCHING RELAXATION

Enfants de France, 2 Place Javerzac, à Bergerac

- Lundi de 19H15 à 20H15, C. CONSTANTIN

GYM SANTE

Enfants de France, 2 Place Javerzac, à Bergerac

- Jeudi de 15H à 16H, T. BOILEAU

Nombre de séance d'essai : 2

Montant de la cotisation annuelle : 120€ / an

FRANCE ALZHEIMER DORDOGNE



Educateurs sensibilisés :

Grégory COUPAU

☎ 05 53 27 30 34

✉ alzheimer.dordogne@orange.fr

@ [France Alzheimer Dordogne](https://www.facebook.com/FranceAlzheimerDordogne)

f [francealzheimerDordogne](https://www.facebook.com/francealzheimerDordogne)

NEURO MOUV'

(Personne souffrant de maladies neuro-évolutives)

2 rue Emile Counord, à Bergerac

- Jeudi de 14H30 à 16H00

Maison de santé, à St Méard de Gurçon

- Vendredi de 14H à 15H30

Nombre de séance d'essai : 1

Montant de la cotisation annuelle :

30€ (Adhésion à France Alzheimer)



DELTA SPORTS



Educateurs sensibilisés :

Rose-Marie LOPEZ

Cécile VADEL

☎ 06 87 62 77 66

✉ contact@deltasports.fr

@ [deltasports](https://www.instagram.com/deltasports)

f [deltasportsbeaumont](https://www.facebook.com/deltasportsbeaumont)

STRETCHING

Complexe sportif, Avenue d'Alsace, à Beaumont du Périgord

- Mardi de 10H30 à 11H30 avec R.M. LOPEZ
- Mercredi de 19H15 à 20H15 avec R.M. LOPEZ
- Vendredi de 10H30 à 11H30 avec C.VADEL

CIRCUIT CARDIO TRAINING

Complexe sportif, Avenue d'Alsace, à Beaumont du Périgord

- Mardi de 9H30 à 10H30 avec R.M. LOPEZ

YOGA

Salle polyvalente de l'école primaire, à Beaumont du Périgord

- Mercredi de 10H à 11H15 avec R.M LOPEZ
- Jeudi de 18H30 à 19H45 avec R.M LOPEZ

PILATES

Salle polyvalente de l'école primaire, à Beaumont du Périgord

- Mercredi de 18H15 à 19H15 avec RM.. LOPEZ
- Vendredi de 9H30 à 10H30 avec C. VADEL

MARCHE SANTE BIEN-ETRE

Complexe sportif, Avenue d'Alsace, à Beaumont du Périgord

- Jeudi de 14H30 à 15H30 avec C.VADEL

Nombre de séance d'essai : 2

Montant de la cotisation annuelle :

191 € sans les cours de yoga

331 € (avec les cours de yoga)


Marche nordique 130 € pour la saison ou 40€ les 4 séances



HEMERA

Educateurs sensibilisés :

Aurore BALLEUIL

 06 63 94 22 22



hemera24.sportsante@gmail.com

NORDIC YOGA

A Bergerac

- Mardi à 9H45
- Jeudi à 9H45

SPORT APRES CANCER

Salle EOS EPIONE, à Bergerac

- **Se renseigner**

Nombre de séance d'essai : 1

Montant de la cotisation annuelle :

Nordic yoga : 390€ / an

Sport après cancer : 100 € / 10 séances



G MON COACH



Educateurs sensibilisés :

Aurore BALLEUIL

☎ 06 63 94 22 22

✉ gmoncoach.24@gmail.com

@ [gmoncoach](#)

f [gmoncoach](#)

POSTURAL YOGA

Salle EOS EPIONE, à Bergerac

- Lundi de 10H15 à 11H15
- Vendredi 10H30 à 11H15

YOGA DU DOS

Salle EOS EPIONE, à Bergerac

- Mercredi de 18H à 18H45

POSTURAL BALL

Salle EOS EPIONE, à Bergerac

- Lundi de 12H30 à 13H15
- Lundi de 18H30 à 19H15
- Mercredi de 10H30 à 11H15
- Jeudi de 9H30 à 10H15
- Jeudi de 19H20 à 20H05

A.P.O.R Gasquet

Salle EOS EPIONE, à Bergerac

- Lundi de 17H30 à 18H15
- Jeudi de 10H30 à 11H15
- Jeudi de 12H30 à 13H15
- Jeudi de 18H à 18H45

A.P.O.R Stretching

Salle EOS EPIONE, à Bergerac

- Mercredi de 18H50 à 19H35
- Vendredi de 9H30 à 10H15

A.P.O.R ABDOS

Salle EOS EPIONE, à Bergerac

- Lundi de 20H15 à 21H
- Mercredi de 9H15 à 10H15

SPORT SANTE

Salle EOS EPIONE, à Bergerac

- Vendredi de 11H30 à 11H15

Nombre de séance d'essai : 2

Montant de la cotisation annuelle : voir la structure



QI LONG PAI



Educateurs sensibilisés :

Christelle CHEN SAVART

Florence SERVANT

☎ 06 24 97 42 60

✉ qlp2433@gmail.com

@ qilongpai.blogspot

f [assoqilongpai](https://www.facebook.com/assoqilongpai)

GYM FORME DETENTE

2 Chemin du barrage ouest, à Bergerac

- Mardi de 18H à 19H, F. SERVANT

GYM DOUCE - STRETCHING

2 Chemin du barrage ouest, à Bergerac

- Jeudi de 12H15 à 13H00, F. SERVANT

RELAXATION - MEDIATION

2 Chemin du barrage ouest, à Bergerac

- Jeudi de 18H à 19H, C. CHEN SAVART

QI GONG

2 Chemin du barrage ouest, à Bergerac

- Jeudi de 19H à 20H, C. CHEN SAVART

TAI CHI

2 Chemin du barrage ouest, à Bergerac

- Mardi de 19H à 20H, C. CHEN SAVART

Nombre de séance d'essai : 1

Montant de la cotisation annuelle :

70€ : Séance de Gym douce

90€ : Séance de Gym Forme Détente

200€ : 1 séance de Qi Gong

200€ : 1 séance de Tai Chi



SIEL BLEU DORDOGNE



Educateurs sensibilisés :

Rebecca VALUE

☎ 06 46 69 68 34

✉ morgan.desousa@sielbleu.org

@ [sielbleu](https://www.sielbleu.org)

GYM D'ENTRETIEN

(Personne de plus de 60 ans)

Salle des fêtes, à Vélines

- Mercredi de 14H30 à 15H30

Salle annexe à la Mairie, à Montcarré

- Vendredi de 15H30 à 17H

Nombre de séance d'essai : 1

Montant de la cotisation annuelle :

45€ les 12 séances de 1H

50 € les 12 séances de 1H30

GE APA



Educateurs sensibilisés :

Mathilde MEEKEL

Chloé MARIE

☎ 06 11 13 27 83

✉ mathilde.meekel@ge-apa-sante.com

@ [ge-apa-santé](https://www.ge-apa-sante.com)

ACTIVITE PHYSIQUE ADAPTEE (APA)

Plus de 60 ans

Centre Social Germaine TILLON, à Bergerac

- Lundi de 10H30 à 12H

Maison de Pays, à Beaumont-du-Périgord

- Lundi de 10H30 à 12H

Salle des fêtes, à Baneuil

- Lundi de 14H à 15H30

Nombre de séance d'essai : 1

Montant de la cotisation annuelle : Gratuit



CECILE COACH



Educateurs sensibilisés :

Cécile VADEL

☎ 06 95 62 20 26

✉ ce.vadel@laposte.net

@ [c-coachsante](#)

SUR DEMANDE, à domicile ou en collectif

30Km autour d'Issigeac

- Renforcement musculaire
- Gym douce
- Pilates
- Stretching
- Marche santé
- Marche nordique

GYM DOUCE

A Colombier

- De 18H25 à 19H25

RENFORCEMENT MUSCULAIRE

A Colombier

- De 19H35 à 20H35

Nombre de séance d'essai : 0

Montant de la cotisation annuelle :

36€ / pour 4 heures de cours en collectif

35€ / séance en individuel



CANOË-KAYAK ST ANTOINAIS



Educateurs sensibilisés :

Frédéric LHOMME

☎ 06 86 71 38 38

✉ cksafred@aol.com

@ [cksa](#)

f [CANOE KAYAK Club St Antoine de Breuilh](#)

CANOË – SANTE (Saison été)

Base nautique, 1820 Route de la moutine, à St Antoine de Breuilh

- Jeudi de 18H à 19H

MARCHE BATON (Saison hiver)

Base nautique, 1820 Route de la moutine, à St Antoine de Breuilh

- Jeudi de 18H à 19H

Nombre de séance d'essai : 1

Montant de la cotisation annuelle : 115€ / an + 3€ / séance

ENTRE MOULINS ET RIVIERE



Educateurs sensibilisés :

Marie-Hélène BRIVEZAC

☎ 05 53 24 80 67

✉ danielle.borde1@sfr.fr

RANDONNEE PEDESTRE

RDV parking de la Mairie, Port Sainte-Foy

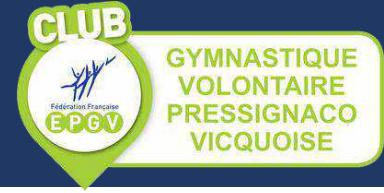
- Vendredi de 14H à 16H (Septembre à avril)
- Vendredi de 9H à 11H (Mai – juin)

Nombre de séance d'essai : 1

Montant de la cotisation annuelle : 40€



GYMNASTIQUE VOLONTAIRE PRESSIGNACO-VICQUOISE



Educateurs sensibilisés :

Jessyka ALBUCHER

☎ 07 88 22 96 71

✉ patrick.delbos3@orange.fr

GYM BIEN ETRE, PILATES, STRETCHING

Salle des fêtes, à Pressignac-Vicq

- Lundi de 16H30 à 17H30

GYM TENDANCE, RENFORCEMENT MUSCULAIRE, BODY SCULPT

Salle des fêtes, à Pressignac-Vicq

- Lundi de 18H15 à 19H15

GYM SENIORS POSTURES SANTE

Salle des fêtes, à Pressignac-Vicq

- Jeudi de 16H30 à 17H30

GYM CARDIO

Salle des fêtes, à Pressignac-Vicq

- Jeudi de 18H15 à 19H15

Nombre de séance d'essai : 2

Montant de la cotisation annuelle : 140€



SPORTS ET LOISIRS SERVICES CONSEILS ET PRESTATIONS



Educateurs sensibilisés :

Fabien ISSARTIER

Céline GALISSAIRE

☎ 06 85 73 53 12 (Fabien)

☎ 06 77 65 01 04 (Céline)

✉ slscp24@gmail.com

@ sportsloisirsdordogneperigord.com

f @SLSCP24

MARCHE NORDIQUE

Autour de Pressignac

- Mercredi de 10H à 12H, avec Céline

MARCHE NORDIQUE

Autour de Sigoulès

- Dimanche de 10H à 12H, avec Fabien

Nombre de séance d'essai : 1

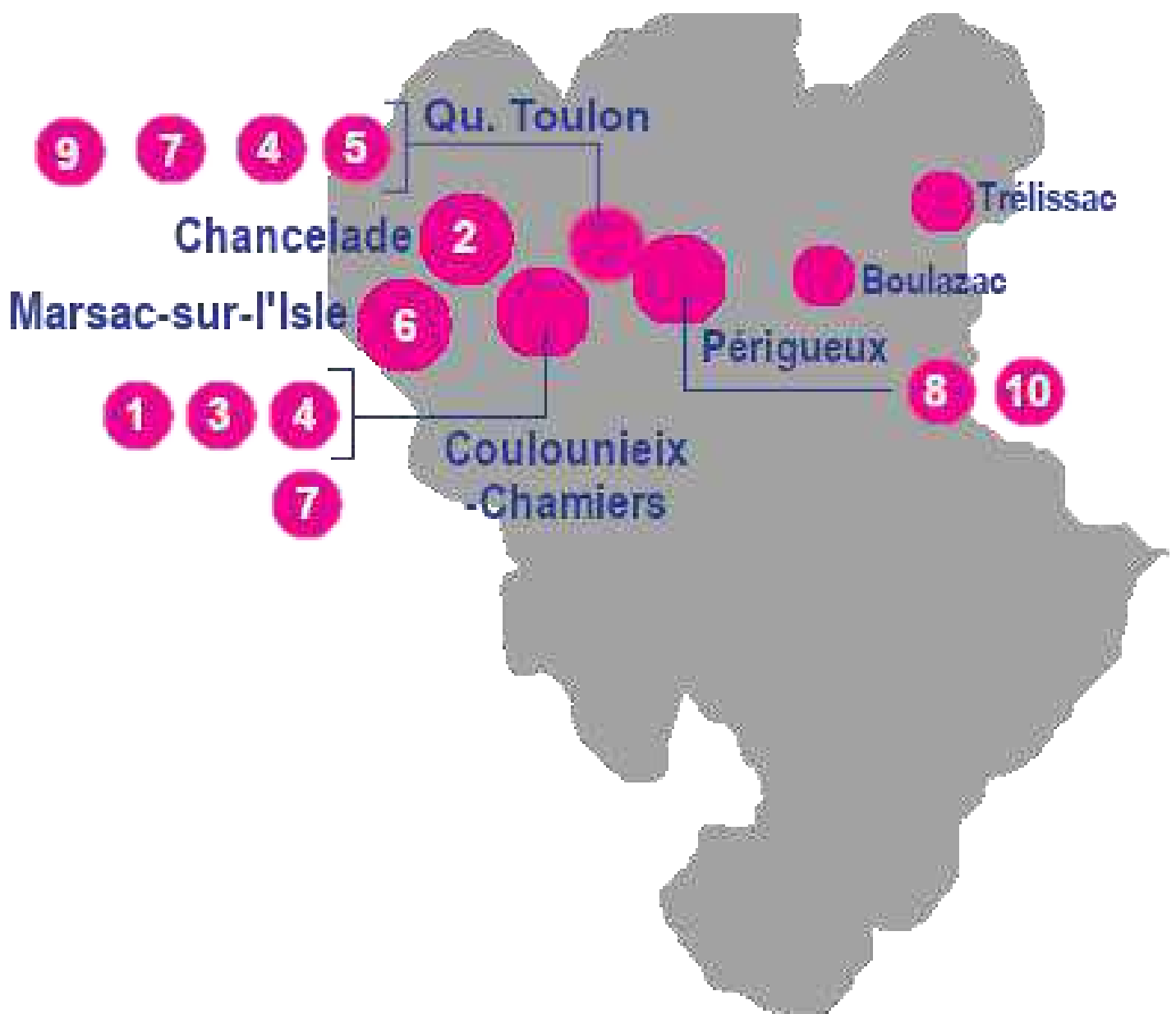
Montant de la cotisation annuelle :

10€ / Sortie

PASS 5 sorties : 45€

PASS 10 sorties : 80€

PERIGUEUX OUEST



- | | | | | | |
|-----------|--|----------|--|----------|---|
| 1 | COCC HANDBALL ➔
Handfit | 2 | TENNIS CLUB CHANCELADE ➔
Tennis Santé | 3 | ASPTT PERIGUEUX – Section Sport Santé ➔
Sport Santé |
| 4 | BOXING CLUB PERIGUEUX ➔
Prescri'Boxe | 5 | PERIGORD COUNTRY MUSIC ➔
Danse country | 6 | SIEL BLEU DORDOGNE ➔
Gym d'entretien |
| 7 | VITAL TONIC ➔
Gym douce, Pilates, Stretching | 8 | CAP TENNIS ➔
Jeux tennistiques | 9 | YGEIA ➔
Activité posturo dynamique,
Urban training |
| 10 | COPO BASEBALL ➔
Baseball Sport Santé | | | | |



PERIGUEUX OUEST

COCC HANDBALL



Educateurs sensibilisés :

Fanny PETIT VAN-TORNHOUT
Florent PETIT

☎ 06 37 53 11 45

✉ 6024030@ffhandball.net

 [COCC Handball](https://www.facebook.com/COCC-Handball)

HANDFIT

**Gymnase du Lycée Agricole, à
Coulounieix-Chamiers**

- Vendredi de 18H à 19H

Nombre de séance d'essai : 3

**Montant de la cotisation annuelle :
85€/an**

ASPTT PERIGUEUX Section Sport Santé



Educateurs sensibilisés :

Julia PADUCH

☎ 07 87 86 01 87

✉ grand-perigueux@asptt.com

@ [perigueux.asptt](https://www.perigueux.asptt)

 [AspttGrandPérigueux](https://www.facebook.com/AspttGrandPérigueux)

J'M'ACTIV SANTE

Gymnase de l'ASPTT, à Coulounieix-Chamiers

- Jeudi de 9H30 à 11H00

J'M'ACTIV SENIORS

(Plus de 60 ans)

Gymnase de l'ASPTT, à Coulounieix-Chamiers

- Lundi de 16H à 17H
- Mardi de 9H30 à 11H

Nombre de séance d'essai : 1

Montant de la cotisation annuelle : 100 €



BOXING CLUB PERIGUEUX



Educateurs sensibilisés :

Dylan ROUMANIE

Serge ROUMANIE

☎ 06 25 64 39 87

✉ boxing-club-perigourdins@gmail.com

@ [boxingclubperigueux](https://www.instagram.com/boxingclubperigueux)

f [BoxingClubdePérigueux](https://www.facebook.com/BoxingClubdePérigueux)

PRESCRI'BOXE

Filature de l'Isle, à Périgueux

- Mardi de 10H à 12H
- Jeudi de 10H à 12H

BOXE SANTE

Filature de l'Isle, à Périgueux

- Mardi de 16H30 à 18H
- Jeudi de 16H30 à 18H

Nombre de séance d'essai : 2

Montant de la cotisation annuelle : 71€/ an

PERIGORD COUNTRY MUSIC



Educateurs sensibilisés :

Anne-Marie VIALARD

Valérie POULAUD

Corinne BUISSON

☎ 06 82 90 65 55

✉ pcm.danse24@gmail.com

f [PerigordCountryMusic](https://www.facebook.com/PerigordCountryMusic)

DANSE COUNTRY

Salle de danse n°2, Filature de l'Isle, à Périgueux

- Mardi de 17H à 18H

Nombre de séance d'essai : 3

Montant de la cotisation annuelle : 95€ / an



SIEL BLEU DORDOGNE



Educateurs sensibilisés :

ARCHER Marina

☎ 06 46 69 68 34

✉ morgan.desousa@sielbleu.org

@ [sielbleu](https://www.sielbleu.org)

GYM D'ENTRETIEN

(Personne de plus de 60 ans)

Salle de l'école, à Marsac sur l'Isle

- Mercredi de 10H à 11H30

Nombre de séance d'essai : 1

Montant de la cotisation annuelle :

45€ les 12 séances de 1H

50 € les 12 séances de 1H30

VITAL TONIC



Educateurs sensibilisés :

Marie-Christine MERLATEAU

☎ 06 25 84 54 42

✉ vitaltonic@outlook.fr

@ [vitaltonic](https://www.vitaltonic.fr)

 [VitalTonic](https://www.facebook.com/VitalTonic)

GYM DOUCE, PILATES, SPORT SANTE

Filature de l'Isle, à Périgueux

- Lundi de 9H30 à 10H30

STRETCHING

Filature de l'Isle, à Périgueux

- Mardi de 14H à 15H
- Jeudi de 14H à 15H

PILATES

Filature de l'Isle, à Périgueux

- Mercredi de 18H30 à 19H15

Nombre de séance d'essai : 2

Montant de la cotisation annuelle : 230€ / an



YGEIA



Educateurs sensibilisés :

Claire GUILLERIN
Christèle HARISBOURE TERRADILLOS

☎ 06 88 54 19 33

☎ 06 98 42 08 90

✉ harisguill.asso@gmail.com

@ [ygeia-corps-sante](https://www.instagram.com/ygeia-corps-sante)

ACTIVITE POSTURO DYNAMIQUE

Filature de l'Isle, à Périgueux

- Jeudi de 10H à 11H

MARCHE NORDIQUE

RDV : Filature de l'Isle, à Périgueux

- Mardi 14H à 15H15

MARCHE NORDIQUE

RDV : Filature de l'Isle

- Jeudi de 14H30 à 15H45

Nombre de séance d'essai : 1

Montant de la cotisation annuelle :

1 activité : 150€ / an

2 activités : 200€ / an

COPO BASEBALL



Educateurs sensibilisés :

Gilles BLANCOT

☎ 06 20 47 77 64

✉ gilles.blancot@outlook.fr

@ [perigueuxangels](https://www.instagram.com/perigueuxangels)

[COPO Baseball](https://www.facebook.com/COPOBaseball)

BASEBALL SPORT SANTE

Stade Maurice Lacoïn, COPO, à Périgueux

- Samedi de 10H à 12H

Nombre de séance d'essai : 4

Montant de la cotisation annuelle : 90 €



CAP TENNIS



Educateurs sensibilisés :

Pascal VIERGE

☎ 06 81 22 05 12

✉ pascal.vierge@orange.fr

@ [captennis](#)

f [CAP Tennis Padel](#)

Jeux tennistiques et padel

CAP Tennis, rue des Izards, à Périgueux

- Jeudi de 14H à 15H

Nombre de séance d'essai : 1

Montant de la cotisation annuelle : 130 €

TENNIS CLUB CHANCELADE

Educateurs sensibilisés :

Benjamin DUFOUR

☎ 06 33 22 77 41

✉ 59240322@fft.fr

Tennis Santé

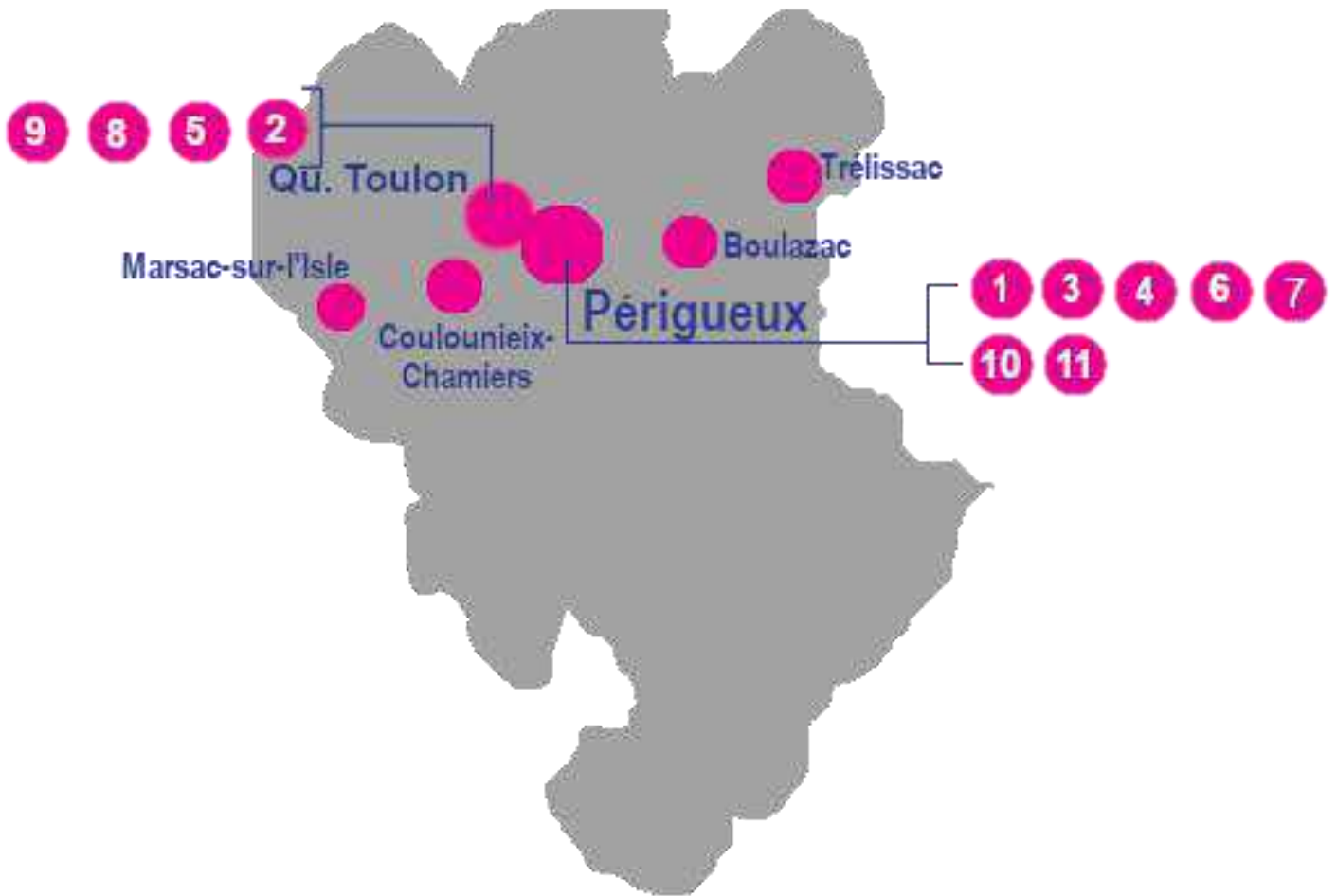
Complexe sportif Chercuzac, à Chancelade

- NR

Nombre de séance d'essai : NR

Montant de la cotisation annuelle : NR

PERIGUEUX CENTRE



- | | | | | | |
|-----------|---|-----------|--|-----------|---|
| 1 | ACAP NATATION ➔
Aqua santé | 2 | BOXING CLUB PERIGUEUX ➔
Prescri'Boxe | 3 | GLS PERIGUEUX ➔
Gymnastique douce |
| 4 | DANSE ET BIEN-ETRE ➔
Pilates, Gym de Gasquet,
Stretching | 5 | PERIGORD COUNTRY MUSIC ➔
Danse country | 6 | PERIGUEUX CANOE KAYAK ➔
Canoë-kayak |
| 7 | PILATFORME ➔
Pilates, stretching | 8 | VITAL TONIC ➔
Gym douce, Pilates, Stretching | 9 | YGEIA ➔
Activité posturo dynamique,
Urban training |
| 10 | COPO BASEBALL ➔
Baseball Sport Santé | 11 | CAP TENNIS ➔
Jeux tennistiques et paddel | 12 | |



ACAP NATATION



Educateurs sensibilisés :

Thomas LAZZARATO

☎ 06 16 19 55 91

✉ acap.natation@gmail.com

@ [acapnatation](https://www.instagram.com/acapnatation)

f [AcapNatationPérigueuxDordogne](https://www.facebook.com/AcapNatationPérigueuxDordogne)

AQUASANTE

Piscine Bertan de Born

- Lundi de 18H30 à 19H15
- Vendredi de 18H30 à 19H15
- Vendredi de 19H30 à 20H15

Nombre de séance d'essai : 1

Montant de la cotisation annuelle : 170€/ an

BOXING CLUB PERIGUEUX



Educateurs sensibilisés :

Dylan ROUMANIE

Serge ROUMANIE

☎ 06 25 64 39 87

✉ boxing-club-perigourdin@gmail.com

@ [boxingclubperigueux](https://www.instagram.com/boxingclubperigueux)

f [BoxingClubdePérigueux](https://www.facebook.com/BoxingClubdePérigueux)

PRESCRI'BOXE

Filature de l'Isle, à Périgueux

- Mardi de 10H à 12H
- Jeudi de 10H à 12H

BOXE SANTE

Filature de l'Isle, à Périgueux

- Mardi de 16H30 à 18H
- Jeudi de 16H30 à 18H

Nombre de séance d'essai : 2

Montant de la cotisation annuelle : 71€/ an



GLS PERIGUEUX

Educateurs sensibilisés :

Aline HEYLE
Joël JAROUSSIE

☎ 06 82 69 65 31

✉ colettedupeyrat@orange.fr

GYMNASTIQUE DOUCE

La Visitation, à Périgueux

- Les mardis
- Les mercredis
- Les vendredis

Nombre de séance d'essai : 1

Montant de la cotisation annuelle : A partir de 100€/an

DANSE ET BIEN-ETRE

Educateurs sensibilisés :

Anne-Lise CLUZEAU

☎ 06 84 22 45 51

✉ danseetbienetre@orange.fr

@ [pilatesenperigord](https://www.pilatesenperigord.com)

PILATES

Studio Pilates Fitness, 46 rue Chanzy, à Périgueux

- Sur demande

GYM DE GASQUET

Studio Pilates Fitness, 46 rue Chanzy, à Périgueux

- Jeudi à 10H
- Vendredi à 18H

STRETCHING

Studio Pilates Fitness, 46 rue Chanzy, à Périgueux

- Mardi à 18H45
- Jeudi à 12H30

Nombre de séance d'essai : 1

Montant de la cotisation annuelle : Entre 195€ et 330€ - Voir sur le site internet



PERIGORD COUNTRY MUSIC



Educateurs sensibilisés :

Anne-Marie VIALARD
Valérie POULAUD
Corinne BUISSON

☎ 06 82 90 65 55

✉ pcm.danse24@gmail.com

f [PerigordCountryMusic](https://www.facebook.com/PerigordCountryMusic)

DANSE COUNTRY

Salle de danse n°2, Filature de l'Isle, à Périgueux

- Mardi de 17H à 18H

Nombre de séance d'essai : 3

Montant de la cotisation annuelle : 95€ / an

PERIGUEUX CANOE KAYAK



Educateurs sensibilisés :

Julien BLANC
Guillaume CADET

☎ 06 37 72 42 26

✉ perigueuxcanoe@wanadoo.fr

@ [perigueuxcanoe](https://www.instagram.com/perigueuxcanoe)

f [CanoePerigueux](https://www.facebook.com/CanoePerigueux)

CANOE-KAYAK & SPORTS DE PAGAIES

Base nautique, à Périgueux

- Mardi de 16H à 18H
- Jeudi de 16H à 18H
- Samedi de 10H à 12H

Nombre de séance d'essai : 3

Montant de la cotisation annuelle : 158€ / an



PILATFORME

Educateurs sensibilisés :

Stéphanie GROSSET

☎ 06 64 25 65 26

✉ pilatforme24110@gmail.com

@ [pilatforme24110](https://www.instagram.com/pilatforme24110)

f [pilatforme24110](https://www.facebook.com/pilatforme24110)

PILATES & STRETCHING

Chez Véronique Danse (18 rue Thiers), à Périgueux

- Lundi de 18H30 à 19H30
- Mardi de 10H45 à 11H45
- Mardi de 18H30 à 19H30
- Vendredi de 18H30 à 19H30
- Samedi de 10H45 à 11H45

Nombre de séance d'essai : 1

Montant de la cotisation annuelle : Voir avec la structure

VITAL TONIC



Educateurs sensibilisés :

Marie-Christine MERLATEAU

☎ 06 25 84 54 42

✉ vitaltonic@outlook.fr

@ [vitaltonic](https://www.instagram.com/vitaltonic)

f [VitalTonic](https://www.facebook.com/VitalTonic)

GYM DOUCE, PILATES, SPORT SANTE

Filature de l'Isle, à Périgueux

- Lundi de 9H30 à 10H30

STRETCHING

Filature de l'Isle, à Périgueux

- Mardi de 14H à 15H
- Jeudi de 14H à 15H

PILATES

Filature de l'Isle, à Périgueux

- Mercredi de 18H30 à 19H15

Nombre de séance d'essai : 2

Montant de la cotisation annuelle : 230€ / an



YGEIA



Educateurs sensibilisés :

Claire GUILLERIN
Christèle HARISBOURE TERRADILLOS

☎ 06 88 54 19 33

☎ 06 98 42 08 90

✉ harisguill.asso@gmail.com

@ [ygeia-corps-sante](https://www.instagram.com/ygeia-corps-sante)

ACTIVITE POSTURO DYNAMIQUE

Filature de l'Isle, à Périgueux

- Jeudi de 10H à 11H

MARCHE NORDIQUE

RDV : Filature de l'Isle, à Périgueux

- Mardi 14H à 15H15

MARCHE NORDIQUE

RDV : Filature de l'Isle

- Jeudi de 14H30 à 15H45

Nombre de séance d'essai : 1

Montant de la cotisation annuelle :

1 activité : 150€ / an

2 activités : 200€ / an

COPO BASEBALL



Educateurs sensibilisés :

Gilles BLANCOT

☎ 06 20 47 77 64

✉ gilles.blancot@outlook.fr

@ [perigueuxangels](https://www.instagram.com/perigueuxangels)

[COPO Baseball](https://www.facebook.com/COPOBaseball)

BASEBALL SPORT SANTE

Stade Maurice Lacoïn, COPO, à Périgueux

- Samedi de 10H à 12H

Nombre de séance d'essai : 4

Montant de la cotisation annuelle : 90 €



CAP TENNIS



Educateurs sensibilisés :

Pascal VIERGE

☎ 06 81 22 05 12

✉ pascal.vierge@orange.fr

@ [captennis](#)

f [CAP Tennis Padel](#)

Jeux tennistiques et padel

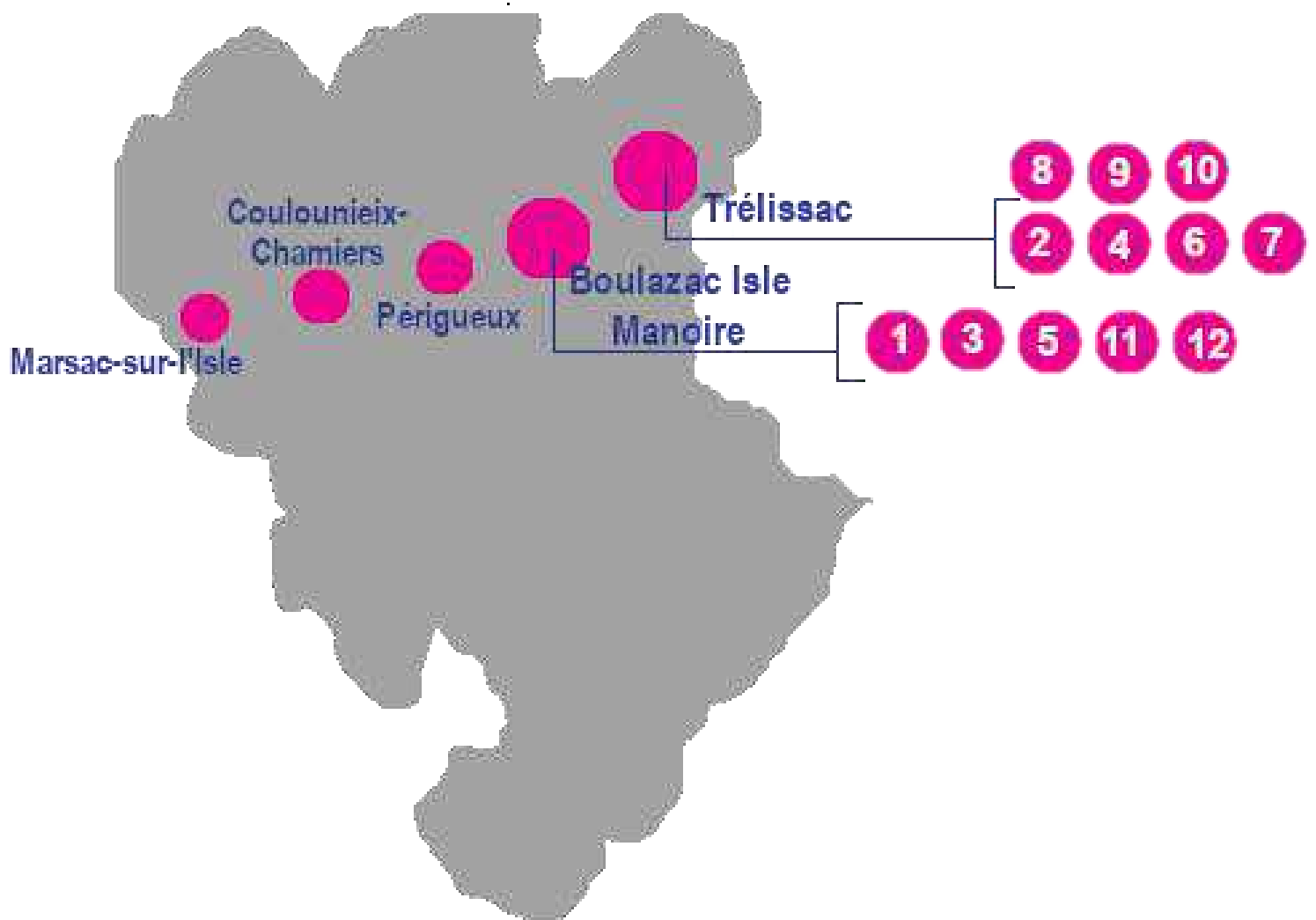
CAP Tennis, Rue des Izards, à Périgueux

- Jeudi de 14H à 15H

Nombre de séance d'essai : 2

Montant de la cotisation annuelle : 130 € /an

PERIGUEUX EST





PERIGUEUX CENTRE

- | | | | | | |
|-----------|--|-----------|--|-----------|--|
| 1 | AGORA SPORTS →
Do-In, Cœur & Forme, Activité physique & Posture | 2 | COMITE DEPARTEMENTAL DE TENNIS →
Tennis | 3 | AL KONOUSE →
Pilate, gym douce, danse orientale |
| 4 | ELAN SPORTIF TRELISSACOIS →
Renforcement musculaire, marche nordique | 5 | BIEN ETRE DORDOGNE →
Yoga | 6 | ESPACE FORME DE TRELISSAC →
Ateliers gymniques, Musculation, Fitness |
| 7 | KARATE GOJU-RUY SHODOKAN DORDOGNE →
Karaté, taïso | 8 | BOXE ANGLAISE TRELISSACOISE DU GRAND PERIGUEUX →
Boxe ludique | 9 | TENNIS CLUB TRELISSAC →
Tennis Santé |
| 10 | FRANCE ALZHEIMER →
Neuro Mouv' | 11 | CM COACHING →
Pilates, postural ball, APOR De Gasquet, Fitball | 12 | TENNIS CLUB DE BOULAZAC →
Tennis Santé |



AGORA SPORT



Educateurs sensibilisés :

Pascal HIVERT

☎ 06 87 41 11 93



agorasports.boulazac@gmail.com

@ agorasport24



Agorasports

KARATE, MIXED MARTIAL TRAINING

Complexe sportif Lucien Dutard, à Boulazac

- Lundi de 19H à 21H
- Mercredi de 19H à 21H
- Vendredi de 19H à 21H

DO-IN

Complexe sportif Lucien Dutard, à Boulazac

- Lundi de 9H30 à 10H30
- Mercredi de 9H30 à 10H30
- Vendredi de 9H30 à 10H30

TAISO

Complexe sportif Lucien Dutard, à Boulazac

- Lundi de 10H30 à 11H30
- Mercredi de 10H30 à 11H30
- Vendredi de 10H30 à 11H30

Nombre de séance d'essai : 3

Montant de la cotisation annuelle : 105€ / an

COMITE DEPARTEMENTAL DE TENNIS



Educateurs sensibilisés :

Virginie MOINEAU

Tony VALLAT

☎ 07 86 59 76 12



comite.dordogne@fft.fr

@ comite.fft.fr/dordogne



comitetennisdordogne

TENNIS SANTE : JEUX DE RAQUETTES ET MOTRICITE

Tennis couvert, à Trélissac

- Jeudi de 9H30 à 10H30
- Jeudi de 12H30 à 13H30

Nombre de séance d'essai : 2


Montant de la cotisation annuelle : 90€ / an



AL KONOUSE

Educateurs sensibilisés :

Sana CHAFIQ

 06 28 18 98 32

 alkonouse@hotmail.fr

 [Alkonouse](#)

PILATES

Salle Jean Pinet, à Boulazac

- Lundi de 9H15 à 10H15
- Lundi de 10H30 à 11H30
- Mardi de 18H45 à 19H45
- Mardi de 20H à 21H

En visioconférence

- Mercredi de 17H40 à 18H40

YOGA

Salle Jean Pinet, à Boulazac

- Mercredi de 9H15 à 10H15
- Jeudi de 18H15 à 19H15

En visioconférence

- Lundi de 19H30 à 20H30

PILATES SENIORS

Salle Jean Pinet, à Boulazac

- Mardi de 15H à 16H
- Mercredi de 10H45 à 11H45

DANSE ORIENTALE

Salle Jean Pinet, à Boulazac

- Jeudi de 19H45 à 20H45

YOGA RELAX

En visioconférence

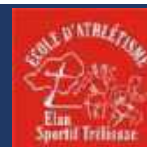
- Mercredi de 19H à 20H

Nombre de séance d'essai : 1

Montant de la cotisation annuelle : 90€ / an pour un cour par semaine



ELAN SPORTIF TRELISSACOIS



Educateurs sensibilisés :

Joël FRANCOISE

☎ 06 64 79 24 17

✉ elan-sportif-de-trelissac@orange.fr

@ [elansportifdetrelissac](#)

f [ESTrelissac](#)

📷 [Elan Sportif de Trélissac](#)

SANTE BIEN-ETRE

Stade Firmin Daudou, à Trélissac

- Mardi de 10H à 12H

SPORT SUR ORDONNANCE

Salle sous la tribune, Stade Firmin Daudou, à Trélissac

- Mardi de 16H à 17H30

SPORT SUR ORDONNANCE, SANTE BIEN ETRE

Stade Firmin Daudou, à Trélissac

- Vendredi de 16H à 17H30

Nombre de séance d'essai : 2

Montant de la cotisation annuelle : 70€ / an

TENNIS CLUB TRELISSAC

Educateurs sensibilisés :

Tony VALLAT

☎ NR

✉ tennistrelissac@gmail.com

@ [Tennis Club Trélissacois](#)

f [Tennis Club Trélissac](#)

TENNIS SANTE

Stade Firmin DAUDOU, à Trélissac

- Se renseigner

Nombre de séance d'essai : NR

Montant de la cotisation annuelle : NR



BIEN ETRE DORDOGNE

Educateurs sensibilisés :

Isabelle BELINGHERI

☎ 06 19 38 23 64

✉ beligheri.isabelle@gmail.com

YOGA & RELAXATION - Sur Ordonnance

Foyer Socio-Culturel, à Atur

- Mercredi de 14H15 à 15H15

YOGA & RELAXATION

Foyer Socio-Culturel, à Atur

- Lundi de 14H30 à 16H
- Lundi de 16H30 à 18H
- Jeudi de 17H30 à 19H

Nombre de séance d'essai : 1

Montant de la cotisation annuelle : 12€ / séance

KARATE GOJU-RUY SHODOKAN DORDOGNE




Educateurs sensibilisés :

Bernard VIALARD

Jean François BEYLOT

☎ 06 78 45 22 29

✉ bernard.vialard03@orange.fr

 [Karaté Goju-Ryu shodokan Dordogne](#)

KARATE

Salle Tréma, à Trélissac

- Lundi de 20H à 21H

TAISO

Salle sous les tribunes, Stade Firmin, à Trélissac

- Lundi de 19H à 20H

Nombre de séance d'essai : 2

Montant de la cotisation annuelle :

Karaté : 150€/an

Taïso : 47€ /an + 25€/mois



ESPACE FORME DE TRELISSAC



Educateurs sensibilisés :

Jean Marc LASSERE
Stéphanie GROSSET

☎ 06 86 13 91 11

✉ espaceformetrelissac@laposte.net

@ [espace-forme-trelissac-musculation](https://www.instagram.com/espace-forme-trelissac-musculation)

ACTIVITES « SPORT & SANTE »

Salle Espace Forme, à Trélissac

- Jeudi de 15H à 17H

ATELIERS GYMNINIQUES, FITNESS, MUSCULATION

Salle Espace Forme, à Trélissac

- Lundi de 10H à 12H & de 17H à 20H
- Mardi de 12H à 14H & de 17H à 20H
- Mercredi de 10H à 12H & de 17H à 20H
- Jeudi de 12H à 14H & de 17H à 20H
- Vendredi de 11H à 14H

PILATES

Salle Espace Forme, à Trélissac

- Vendredi de 12H30 à 13H15

Nombre de séance d'essai : 1

Montant de la cotisation annuelle :

Habitant de la commune de Trélissac : 145€

Habitant extérieur : 200€

TENNIS CLUB BOULAZAC

Educateurs sensibilisés :

Benjamin FOURGEAUD

☎ 05 53 53 71 37

✉ 59240573@fft.fr

@ [Tennis Club Boulazac](https://www.facebook.com/TCBIM24)

[@TCBIM24](https://www.facebook.com/TCBIM24)

TENNIS SANTE

Espace Jules Dubois, à Boulazac

- Se renseigner

Nombre de séance d'essai : NR

Montant de la cotisation annuelle : NR



BOXE ANGLAISE TRELISSACOISE DU GRAND PERIGUEUX



Educateurs sensibilisés :

Patrick LEBON

☎ 06 32 75 90 94

✉ amsellem.jj@free.fr

@ [Boxe anglaise trémissacoise du Grand Périgueux](#)

f [Boxe Anglaise de Trémissac](#)

BOXE LUDIQUE

Salle TREMA, à Trémissac

Nombre de séance d'essai : 2

Montant de la cotisation annuelle : 110 €

FRANCE ALZHEIMER DORDOGNE



Educateurs sensibilisés :

Joël FRANCOISE

☎ 05 53 27 30 34

✉ alzheimer.dordogne@orange.fr

@ [France Alzheimer Dordogne](#)

f [francealzheimerDordogne](#)

NEURO MOUV'

(Personne souffrant de maladies neuro-évolutives)

Salle sous les tribunes, Stade Firmin Daudou

- Mardi de 14H à 15H

Nombre de séance d'essai : 1

Montant de la cotisation annuelle :

30€ (Adhésion à France Alzheimer)



MY CMCOACHING



Educateurs sensibilisés :

Claire MARME

☎ 07 85 62 15 07

✉ claireetnet86@yahoo.fr

@ [mycmcoaching](https://www.instagram.com/mycmcoaching)

PILATES

7 rue Jean Lajoinie, à Boulazac

- Lundi de 9H à 9H45 (Semaine paire)
- Lundi de 18H15 à 19H (Semaine impaire)
- Mercredi de 9H à 9H45 (Semaine impaire)
- Mercredi de 18H à 18H45 (Semaine paire)
- Vendredi de 9H à 9H45 (Semaine paire)
- Vendredi de 12H30 à 13H15

POSTURAL BALL

7 rue Jean Lajoinie, à Boulazac

- Lundi de 9H45 à 11H
- Lundi de 19H à 19H45
- Mardi 12H30 à 13H15
- Mercredi de 9H45 à 10H30
- Mercredi de 18H45 à 19H30
- Vendredi 9H45 à 10H30

APOR DE GASQUET

7 rue Jean Lajoinie, à Boulazac

- Lundi de 9H à 9H45 (Semaine impaire)
- Lundi de 12H30 à 13H15
- Lundi de 18H15 à 19H (Semaine paire)
- Mercredi de 9H à 9H45 (Semaine paire)
- Mercredi de 18H à 18H45 (Semaine impaire)
- Vendredi de 9H à 9H45 (Semaine impaire)

NORDIC YOGA

7 rue Jean Lajoinie, à Boulazac

- Mardi de 9H15 à 11H
- Jeudi de 18H30 à 20H

Nombre de séance d'essai : 0

Montant de la cotisation annuelle :

15€/séance

130 € / 10 séances

Accès illimité :

39.50 € / mois avec un engagement d'1 an

44,50€/mois avec engagement de 6 mois

Option Nordic Yoga® + 5€/mois



Mes notes

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Besoin de renseignements complémentaires ?

ASSOCIATION PEPS* DORDOGNE

* Prescription D'Exercice Physique pour la Santé

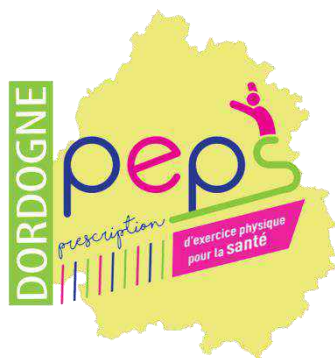
Mr Jérôme DUFOUR, Président

Mme Cindy GAILLARD, Coordonnatrice territoriale

44 rue du Sergent Bonnelie, 24000 PERIGUEUX

06.43.73.02.28

peps.dordogne@gmail.com



Le réseau PEPS Dordogne



En partenariat avec :

