



ELAN SPORTIF
et ELFES de **LIMOGES**

SAISON
2025-2026

CETTE ANNÉE,

VENEZ NOUS RENCONTRER

121 RUE DES TUILLIÈRES - 87100 LIMOGES

**PRENEZ
DE L'ELAN !**



ELAN SPORTIF
et ELFES
de **LIMOGES**

UN LIEU UNIQUE

POUR

TOUTE LA FAMILLE

1000 M²

POUR
PRATIQUER VOS
ACTIVITÉS !

☎ 05 55 37 96 96 ✉ contact@elansportif87.fr 🔗 elansportif87.fr

ENFANTS & ADOS

Adhésion à l'association : **50 €**
À cela s'ajoute le tarif de chaque activité

GYMNASTIQUE

FILLES

2018-2019 MERCREDI SAMEDI
Poussines 1 15h-17h 14h-16h

2016-2017 MERCREDI SAMEDI
Poussines 2 13h30-15h30 11h-13h

2014-2015 MERCREDI VENDREDI
Jeunesses 1 18h30-20h30 18h-20h

2012-2013 LUNDI JEUDI
Jeunesses 2 18h30-20h30

**2011 ET AVANT
COMPÉTITION** MARDI VENDREDI
18h30-20h30 19h30-21h30

Aînées

2011 ET AVANT - LOISIRS MARDI **+ 140€**
18h30-20h30

TRAMPO PARKOUR

6-9 ANS MERCREDI 10h30-12h
10-13 ANS / 14-17 ANS MERCREDI 17h-18h30

MULTISPORTS

au gymnase
Descartes VENDREDI
6-9ans 17h30-19h **+ 140€**

GARÇONS

DE 2017 À 2019 MERCREDI SAMEDI
Poussins 15h-17h 14h-16h

DE 2014 À 2016 MERCREDI SAMEDI
Pupilles 1 15h-17h 14h-16h

DE 2013 À 2011 JEUDI SAMEDI
Pupilles 2 18h30-20h30 15h30-18h

2010 ET AVANT JEUDI SAMEDI
Adultes 18h30-20h30 15h30-18h

ÉVEIL SPORTIF

groupe 2-3 ans (2022-2023)
et groupe 4-5 ans (2020-2021) **+ 140€**

MARDI SAMEDI
17h30-18h30 9h45-10h45

DANSE

5-7 ANS MARDI 17h45-18h45 **+ 155€**
8-10 ANS JEUDI 18h-19h
11 ANS ET + JEUDI 19h15-20h15

CENTRE DE LOISIRS

Pendant les vacances scolaires

ADULTES

Adhésion à l'association : **50 €**
À cela s'ajoute le tarif de chaque activité

FORM' & BIEN-ÊTRE

+ 115€
1 SÉANCE
SEMAINE

OU

+ 170€
POUR UN
ACCÈS
ILLIMITÉ !

FITNESS

LUNDI MERCREDI
19h-20h 19h-20h

GYM

POSTURALE

LUNDI MARDI
9h30-10h30 19h-20h

STRETCHING

JEUDI
19h-20h

GYM FORM' SANTÉ

MARDI
10h-11h

GYM FORM' SÉNIORS

JEUDI
10h-11h30

TAI CHI

MERCREDI

18h-19h : débutant
19h-20h : intermédiaire

YOGA

LUNDI
18h-19h

MARDI VENDREDI
10h-11h 10h-11h

+ 200€
1 SÉANCE
SEMAINE

OU

+ 290€
POUR UN
ACCÈS
ILLIMITÉ !

MARCHE

ADAPTÉE

MARDI

14h30-15h30
marche de 3 à 4 km
adaptée à un rythme lent

SANTÉ

VENDREDI

14h30-16h
marche de 4 à 6 km

+ 70€

Reprise à partir du 8 septembre
Activités adultes jusqu'à fin juillet
Activités enfants jusqu'à début juillet

