

STAGE ADULTES

DU 6 AU 25 JUILLET 2026

DES ACTIVITÉS ACCESSIBLES À TOUS



inscription à la séance

Gratuit pour les adhérents 2025/2026
5€ la séance pour les non adhérents



Elan Sportif et Elfes de Limoges

121 rue des tuilières 87100 Limoges

05.55.37.96.96

clemence.dubreuil@elansportif87.fr

Lundi 6 juillet	Mardi 7 juillet	Mercredi 8 juillet	Jeudi 09 juillet	Vendredi 10 juillet	Samedi 11 juillet
10h-11h Gym Posturale	10h-11h Gym Form Santé	10h-11h Stretching	10h-11h30 Gym séniors	9h30 à 11h Marche santé *	
19h-20h Fitness	19h-20h multisport	19h-20h Circuit Training	19h-20h Stretching		

Lundi 13 juillet	Mardi 14 juillet	Mercredi 15 juillet	Jeudi 16 juillet	Vendredi 17 juillet	Samedi 18 juillet
		10h-11h Stretching	10h-11h30 Gym séniors	9h30 à 11h Marche santé *	9h30 à 11h Randonnée *
		19h-20h Step	19h-20h Stretching	19h-20h Cardio Boxing	

Lundi 20 juillet	Mardi 21 juillet	Mercredi 22 juillet	Jeudi 23 juillet	Vendredi 24 juillet	Samedi 25 juillet
10h-11h30 Gym séniors	10h-11h Gym Form Santé	10h-11h Stretching		9h30 à 11h Marche santé *	9h30 à 11h Randonnée *
19h-20h Fitness	19h-20h multisport	19h-20h Circuit Training		19h-20h Stretching	

**les points de rendez-vous des marches et randonnées seront communiqués par mail*



Inscription à la séance directement au bureau ou par mail à clemence.dubreuil@elansportif87.fr