

Saison
2023-2024



Education



Physique



Sportive



Venez découvrir
La Randonnée Pédestre
la Nature avec RANDOXYGENE



Dépensez-vous
Oxygéenez-vous avec
La Marche Nordique



Relaxez-vous
Bougez avec
la Gymnastique volontaire



RANDONNÉE PÉDESTRE

RANDOXYGÈNE

Le plaisir de la Marche

Où ? Rendez-vous : Rue Yitzhak Rabin - Roissy en Brie 77680
Parking Stade Paul Bessuard

Quand ? Le vendredi de 14h00 à 17h30 l'été, et de 13h30 à 17h00
l'hiver

Le dimanche de 8h45 à 12h

**Le premier dimanche de chaque mois, journée complète
de 8h30 à 17h0**

Un accompagnateur assurera la sortie du dimanche matin de 8h45 à 12h

**Le 2^{ème} et 4^{ème} mardi de chaque mois, journée complète
de 8h30 à 17h00**

***Certificat médical obligatoire, chez le médecin de votre choix
à remettre avec la fiche d'inscription***

RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS

Au forum des associations : Gymnase Nelson Mandela le 9 septembre 2023
ou sur place aux heures des séances à partir de septembre

Contacts

Fernand BORDES ☎ : 06 74 49 42 42 – **Email** : eps.roissy@wanadoo.fr

Richard FAVRAUD ☎ : 06 12 26 58 74 – eps-roissy@sfr.fr

Par courrier : Fernand BORDES au 38 avenue Lafayette – 77680 Roissy en Brie

Email : eps-roissy@sfr.fr

Site Internet : <https://www.randoxygene77-roissyenbrie.fr>



FFRandonnée
les chemins, une richesse partagée
Seine-et-Marne





MARCHE NORDIQUE

*Initiation et pratique de la Marche
Nordique par 7 animateurs diplômés*



MARCHE
NORDIQUE

Besoin d'une activité physique
adaptée à votre condition
et à vos disponibilités ?

Envie de vous oxygéner ?

Envie de perdre du poids,
de retrouver la forme ?

Envie d'améliorer
vos performances
en randonnée ?



**1 mois d'essai
avec prêt de
bâtons !!**

FFRandonnée
les chemins, une richesse partagée
Seine-et-Marne



Où ? Rendez-vous : Rue Yitzhak Rabin - Roissy en Brie
Parking Stade Paul Bessuard

Quand ? le samedi matin de 8h45 à 12h
le mercredi matin pour les confirmés de 8h45 à 12h
le mercredi soir séance « cardio » avec Olivier de 19h45
à 20h45

***Certificat médical spécifique à la marche nordique obligatoire, chez le médecin de
votre choix à remettre avec la fiche d'inscription***

RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS

Au forum des associations : Gymnase Nelson Mandela le 9 septembre 2023
ou sur place aux heures des séances à partir de septembre

Contacts :

Jean-Daniel ☎ : 06 75 28 36 71 – Olivier ☎ : 06 95 94 53 11
Jean-Yves ☎ : 06 62 34 54 81

Email : eps-roissy@sfr.fr

Site Internet : <https://www.randoxygene77-roissyenbrie.fr>



GYMNASTIQUE VOLONTAIRE

*Cours dispensés
par des Professeurs Diplômés d'État*



Images non contractuelles

GYMNASTIQUE VOLONTAIRE

Où ? École Lamartine, salle Paté, Roissy en Brie

Quand ? à compter de septembre : le lundi matin de 9h à 10h
le jeudi matin de 9h à 10h

***Certificat médical obligatoire, chez le médecin de votre choix
à remettre avec la fiche d'inscription***

RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS

Au forum des associations : Gymnase Nelson Mandela le 9 septembre 2023
ou sur place aux heures des séances à partir de septembre

Contacts

Richard Favraud ☎ : 06 12 26 58 74
Ginette Saint Mars ☎ : 01 60 28 16 22 ou 06 42 26 79 00
Pierrette Villeriot ☎ : 01 60 28 68 17 ou 06 87 45 25 25

Email : eps-roissy@sfr.fr

Site Internet : <https://www.randoxygene77-roissyenbrie.fr>