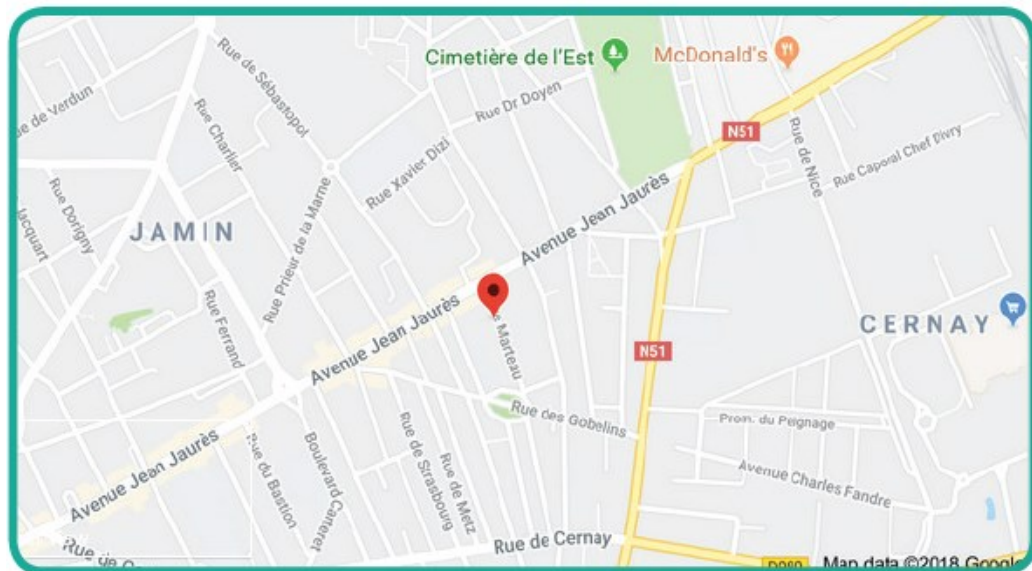


RENSEIGNEMENTS & INSCRIPTIONS

ORRPA
4 rue Marteau
51100 REIMS
03 26 88 40 86
direction@orrpa.com
www.orrpa.com

HORAIRE D'OUVERTURE

9h00 à 11h30
14h00 à 16h30
(fermé le vendredi
après-midi)



Association loi 1901 inscrite sous le n°3123, déclarée le 2 janvier 1973 à la sous-préfecture de REIMS,
Inscrite au Journal Officiel le 17 Janvier 1973

ACTIVITES PRÉVENTION

PROGRAMME 2023-2024



◆◆◆ Lundi

Danse en ligne
par Elodie ROUGEAUX
9h30/10h30

Gymnastique posturale
par Pascale BERGER
10h00/11h00

Tennis de table (activité libre)
14h00/17h00

◆◆◆ Mardi

Stretching
par Véronique CHAIRON MIGNON
14h00/15h00

Gym équilibre (10 séances)
par Véronique CHAIRON MIGNON
15h15/16h15

Sophrologie
par Michèle LELIEVRE
15h30/16h30

◆◆◆ Mercredi

Yoga
Par Meriem KHERIBI
10h00/11h00

Loisirs créatifs Récup'Art
par Michèle MATHIEU
14h00/17h00

◆◆◆ Jeudi

Gymnastique d'entretien
par Nathan GRAJKOWSKI
9h15/10h15

Pilates
par Nathan GRAJKOWSKI
10h30/11h30

ACTIVITÉS PRÉVENTIONS SPORTIVES

Toutes nos activités physiques et sportives
sont encadrées par des animateurs diplômés



Aquarelle
tous les 15 jours à partir du 14/09/2023
Par Nicole DAUBENFELD
9h30/11h30

Tennis de table (activité libre)
14h00/17h00

◆◆◆ Vendredi

Gymnastique chinoise
par Lucky JACOB
9h00/10h00
10h15/11h15

Stretching
par Véronique CHAIRON MIGNON
9h00/10h00

◆◆◆ Activité extérieure

Sophrologie
Par Michèle LELIEVRE
Mardi: 10h30/11h30
À Tinqueux

◆◆◆ Ateliers numériques

avec la Fondation Orange Solidarité
9h30 à 11h30 (débutants)
Apporter son ordinateur portable.

◆◆◆ Thé dansant

Orchestré par Ludo, Maryline et Jules
Le 2ème vendredi de chaque mois
14h00/17h00
Sur inscription

FICHE D'INSCRIPTION ACTIVITES PREVENTION

Année 2023/2024

Nom : Prénom :
 Adresse :
 Tél. Fixe : Portable :
 Date de naissance :
 Adresse mail :

ACTIVITES de PREVENTION SPORTIVES	Horaires	Tarifs 1er forfait	Choisir avec une X	Tarif pour toute activité supplémentaire	Choisir avec une X	TOTAL
ADHESION OBLIGATOIRE						15 €
LUNDI						
Danse en ligne	9h30/10h30	130 €		90 €		
Gymnastique posturale	10h00/11h00	130 €		90 €		
Tennis de table (lundi et/ou jeudi)	14h00/17h00	115 €		90 €		
MARDI						
Stretching	14h00/15h00	130 €		90 €		
Gym équilibre (10 séances)	15h15/16h15	60 €				
Sophrologie	15h30/16h30	160 €		90 €		
MERCREDI						
Yoga	10h00/11h00	140 €		90 €		
Loisirs Créatifs *	14h00/17h00	30 €				
JEUDI						
Gymnastique d'entretien	9h15/10h15	130 €		90 €		
Pilates	10h30/11h30	130 €		90 €		
Aquarelle (tous les 15 jours)	9h30/11h30	130 €		90 €		
Tennis de table (lundi et/ou jeudi)	14h00/17h00	115 €		90 €		
 VENDREDI						
Gymnastique chinoise	9h00/10h00	130 €		90 €		
Gymnastique chinoise	10h15/11h15	130 €		90 €		
Stretching	9h00/10h00	130 €		90 €		
ACTIVITE de PREVENTION SPORTIVE EXTERIEURE						
MARDI : Sophrologie à Tinquieux	10h30/11h30	160 €		90 €		
TOTAL						

* dans le cadre de plusieurs forfaits, l'activité loisirs créatifs sera facturée en 1er forfait afin de bénéficier d'un tarif réduit pour les autres activités

Ateliers numériques (débutants) avec la Fondation ORANGE	9h30/11h30 apporter son ordinateur
--	---------------------------------------

Thé dansant le 2ème vendredi de chaque mois 14h00/17h00 orchestré par Ludo, Maryline et Jules - Inscriptions 03 26 88 40 86
