

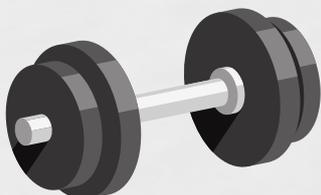
**SEMAINE**

# SPORT - SANTÉ

**DU 15 AU 19 AVRIL 2024**



**ACTIVITÉS GRATUITES  
POUR LES PLUS DE 16 ANS**



**PLUS D'INFORMATIONS : 01 42 35 06 42**

**DU 15 AU 19  
AVRIL 2024**

**PARTICIPEZ  
À LA SEMAINE  
SPORT - SANTÉ**

**À prévoir :**

- Une tenue adaptée pour l'activité du jour
- Une bouteille d'eau
- Un tapis de Yoga pour le lundi matin

**15/04**

**Hatha  
Yoga\***

**10h-11h**

**Terrain  
synthétique  
7 rue Mulot**

**16/04**

**Marche  
nordique**

**10h-11h30**

**Parc  
Municipal  
des Sports**

**17/04**

**Renforcement  
musculaire\***

**9h30-10h30**

**Terrain  
synthétique  
7 rue Mulot**

**18/04**

**Marche  
active**

**10h-11h**

**Parvis de la  
Mairie  
d'Épinay-  
sur-Seine**

**19/04**

**Gym  
d'entretien\***

**9h30-10h30**

**Parc de la  
Mairie  
d'Épinay-  
sur-Seine**

**Jeux  
d'opposition**

**18h-19h**

**Gymnase  
Raymond  
Lemaitre**

**Gymnastique**

**19h-20h**

**Gymnase  
Raymond  
Lemaitre**

**Tennis de  
table**

**18h-19h**

**Gymnase  
Raymond  
Lemaitre**

**Basketball**

**19h-20h**

**Gymnase  
Raymond  
Lemaitre**

**Badminton**

**19h-20h**

**Gymnase  
Raymond  
Lemaitre**

\*En cas de mauvaise météo, rendez-vous à l'Espace Joséphine Baker

**PLUS D'INFORMATIONS : 01 42 35 06 42**