



## PROGRAMME RSAM : MARS 2026

**AQUAGYM : Responsables : LE LUNDI** Annie Gay 06.08.92.98.64- Annie DEJOBERT 06.72.55.25.58  
**LE VENDREDI** Jacqueline VOISIN 06.88.75.69.66- Anne-Marie PEREZ 06.66.48.97.42

Lundi et vendredi de 10 h à 11 h au Centre Aqualudique

Notre tarif :25 € la carte de 5 séances valable 2 mois par chèque uniquement, à prendre auprès du responsable de la RSAM présent.

Arriver impérativement avant 9h30 à l'accueil pour inscriptions.

Rappel : PAS D'AQUAGYM LE 20 Mars (en raison du championnat de la ligue de natation)

**ACTIVITÉ DANSÉE : (activité gratuite) Responsables :** \_\_\_\_\_ Arlette FEULLIOUX (04 70 29 25 45)

Danses country et Line Dance. Les séances ont lieu le mercredi en salle C 26 espace Boris Vian

Avec les horaires suivants : 15h à 17h intermédiaires

**PETANQUE :** Responsables : ROGER DEJOBERT 06.88.14.08.33.- CHRISTIAN PEYRAT 26.81.38.27.04.

Le vendredi à partir de 14h au Boulodrome.

**GYMNASTIQUE :** Responsables : JEANNINE SARTIRANO 06.08.11.02.77 EVELYNE PINET 07.50.86.74.75

. Les séances ont lieu le jeudi en salle C 26 espace Boris Vian de 16h à 17h, Le tarif est à **20€ la carte de 5 séances.**

**QI GONG :** Responsable : MARYSE CHABANNNE 06.66.00.07.72

Les séances auront tous les jeudis de 9 h à 10 h salle de Fontbouillant 4 rue Serge Gras au tarif de 4€ la séance règlement par chèque soit 20€ la carte de 5 séances

**ATELIER EUREKA :** responsable :

Tous les 15 jours de 9h 30 à 11h à la ferme des ilets au tarif de 4€ la séance soit 20€ la carte de 5 séances. Reprise le 10 Mars

**INFORMATIQUE :** Responsable : JEAN FRANCOIS WAWRZYNIAK 06.75.94.16.50

Les cours se passent à la MJC se renseigner à l'accueil

Idem pas de cours pendant les congés scolaires

**RANDONNÉES : (activité gratuite)**

Voir programme mensuel des randonnées pour horaires, lieux de départs, distances et animateurs à contacter si besoin, dispositions diverses (météo, balades).

**ANIMATIONS/INFOS** : Code de la route la séance aura lieu le 19 Mars 2026 salle de la cuisine centrale avenue Léon Blum

Le matin DE 9H à 12h. Et la conduite le 25 Mars à l'auto-école de Cressent 1 rue du Diéna. Les tranches horaires vous seront communiquées en temps voulu.

**SORTIES : 17 MARS :** Rando en matinée à Hérisson avec repas au restaurant le Perceval pour 30€. Le covoiturage se fera au parking des Ilets à 8h30. Départ des randos à 9h30 le repas sera pris à 12 h30.

**21 AVRIL :** sortie La Filature de Rougnat : Départ rando à ST JULIEN LA GENETE à 9h15 le repas sera pris au Domaine de la Couture à 12 h précise pour être à l'heure pour la visite à 14 h de la filature. Le prix de l'entrée est offert par le club.

**12 Mai :** Sortie Volcan de Lemptegy il reste des places. Si le quota n'est pas atteint le voyage sera annuler. Alors inscrivez-vous dès à présent.

**26 Juin :** Pique-nique à l'étang de Bombardon à Saint Saturnin dans le Cher

**POUR TOUTES LES SORTIES PAYANTES UNE INSCRIPTION AU PREALABLE OBLIGATOIRE DEVRA SE FAIRE AUPRES DE JEANNINE ET LES REGLEMENTS SUR INTERNET DEVRONT LUI ETRE SIGNALER.** Les inscriptions seront fermes et non remboursables en cas d'absence.

**PROCHAINE REUNION LE 07 AVRIL 2026**

**A 18 h 30**

salle Saint Vincent quai Turgot

JOËL ALLAIRE : 06.80.22.32.57.

CHABANNE MARYSE : 06.66.00.07.72

FEULLIOUX ANDRE : 07.83.17.82.71.

SARTIRANO JEANNINE : 06 08 11 02 77

SITE : rsam03100.sportsregions.fr/evenements