



Centre Socioculturel

**CoRéel**

*Ensemble, se réaliser...*

**NOUVEAU  
LE MARDI  
DEPUIS LE 25/02/25**



# SPORT SANTE

Une activité physique adaptée pour les adultes et seniors permettant de protéger et améliorer la santé de personnes (trop) sédentaires, ayant connu des épisodes d'inactivité.

Un programme adapté à chacun autour de l'équilibre, de la souplesse, de la respiration, du renforcement musculaire et articulaire, de la mémoire etc, bref, au service du Bien Etre et dans une ambiance conviviale.

**Intervenante:** Christel CHAUMARTIN,  
Animatrice sportive en Activité Physique  
Adaptée

## 1 séance "découverte" sans engagement

Prévoir une tenue de sport adaptée, des chaussures d'intérieur, un tapis de sol et une bouteille d'eau.

**Certificat médical obligatoire.**

**LES MARDIS  
DE 10H45 À 11H45  
ET LES JEUDIS  
DE 9H00 À 10H00  
(HORS VACANCES SCOLAIRES)**

**TARIFS pour une séance de 1h par  
semaine pour 1 semestre (soit le  
mardi soit le jeudi):**

**Pour les habitants de Wittenheim  
cotisation 70€ le semestre**

**Pour les habitants hors Wittenheim  
cotisation 75.50€ le semestre**



Inscription à l'accueil du Centre Socioculturel CoRéel  
Espace Roger Zimmermann - 16 rue du Maréchal De Lattre de Tassigny  
68270 WITTENHEIM

[www.coreal.centres-sociaux.fr](http://www.coreal.centres-sociaux.fr)

TEL: 03 89 50 46 08 ou [accueil@csc-coreal.fr](mailto:accueil@csc-coreal.fr)

