

CRENEAUX SPORTIFS SEMAINE DU 7 AU 13 MARS "Journée Internationale des droits des femmes"

Lundi 7	Gym dynamique de 8h à 9h au gymnase de Maupertuis, place des Chalendes (club GV)	Marche Nordique de 8h45 à 10h ou de 10h à 11h15. RDV au parking piscine EPA, chemin de Laurelle à Montbonnot	Aquagym de 9h30 à 10h15 piscine des Buclos, sur inscriptions à sports@meylan.fr	Taïso-renforcement musculaire 12h15-13h15, Dojo des Buclos (club Judokan Meylan)	Football 19h15-21h (+ de 15 ans) au terrain synthétique Albert Batteu (ES Rachais)	Tennis de table 20h à 21h30 Maison des sports La Tronche (TTMG)	
Mardi 8	Taïso-renforcement musculaire 12h15-13h15, Dojo des Buclos (club Judokan Meylan)	Judo 18h à 19h15 Dojo des Buclos (Judokan Meylan)	Jujitsu-Self Defense 19h30-21h Dojo des Buclos (club Judokan Meylan)	Escalade 20h-22h Gymnase du Charlaix (Charlaix'scalade)	Kendo de 20h à 22h (adultes dès 16 ans) au gymnase des Buclos	Tir à l'arc 20h30-22h30 Gymnase de la Revirée (Les Archers de Rochasson)	
Mercredi 9	Full body (renforcement musculaire de tout le corps) de 9h45 à 10h45 au gymnase du Haut Meylan (Club GV)	Perfectionnement natation de 9h40 à 10h20 (aide pour la reprise de la nage), sur inscriptions à sports@meylan.fr	Etirements de 11h20 à 12h30 au gymnase de Maupertuis, place des Chalendes (club GV)	Découverte du pilate 12h30-13h30 gymnase de Maupertuis (10 places) contact: meylan.gym.active@gmail.com	Gym dynamique pour jeunes adultes (- 40 ans) de 20h à 21h au gymnase des Aiguinards 1er étage (club GV)	Volley de 20h15 à 22h15 au gymnase des Aiguinards (ESMT)	Handball 20h30 à 22h30 Gymnase des Buclos (Meylan handball)
Jeudi 10	Pilates débutantes de 9h15 à 10h15 au gymnase des Aiguinards 1er étage (club GV)	Cours de gym pour se remettre et entretenir sa forme de 10h30 à 11h30, au gymnase de BEAL3 (10 places) contact: meylan.gym.active@gmail.com	Taïso-renforcement musculaire 12h15-13h15, Dojo des Buclos (club Judokan Meylan)	Jujitsu-Self Defense 19h-20h30 Dojo des Aiguinards (club Judokan Meylan)	Badminton de 19h à 20h30 au gymnase du LGM		
Vendredi 11	Cours d'équilibre, assouplissement, et renforcement , sur fond musical de 19h à 20 heures (12 places) contact: meylan.gym.active@gmail.com	Judo 19h à 20h30 Dojo des Buclos (Judokan Meylan)	Kendo de 19h à 20h (12-15 ans) et de 20h à 22h (adultes dès 16 ans) au gymnase des Buclos	Basket 20h30-22h Gymnase du Charlaix			
Samedi 12	Tir à l'arc 20h30-22h30 Gymnase de la Revirée (Les Archers de Rochasson)						
Dimanche 13	Natation synchronisée (9 ans et +) à la piscine des Buclos de 9h15 à 9h45 et de 9h45 à 10h15 (2x12 places) https://www.helloasso.com/associations/undine/evnements/journee-de-la-femme-initiation-natation-artistique						