

Le **S**ERVICE des **S**PORTS

propose

LES ACTIVITÉS

Sport &
Bien-être

2020

saison

2021

Essais gratuits du 7 au 19 septembre



MODALITÉS D'INSCRIPTION

ACTIVITÉS DU 7 SEPTEMBRE AU 26 JUIN

INSCRIPTIONS AUX ACTIVITÉS

Permanence : Samedi 19 septembre de 9h30 - 15h
Salle Chambertin - 2 rue Souvert - 21220 Gevrey-Chambertin
Mail ou Courrier : du 21 septembre au 2 octobre

Les documents d'inscription seront disponibles à compter du 7 septembre 2020 :

- ▶ auprès des intervenants,
- ▶ au Pôle Administratif de la Communauté de communes, 2 rue Souvert à Gevrey-Chambertin,
- ▶ à l'accueil de la Maison des Services Publics , 3 rue Jean Moulin à Nuits-Saint-Georges,
- ▶ sur le site Internet de la Communauté de communes :
www.ccgevrey-chambertin-et-nuits-saint-georges.com
- ▶ par mail sur demande à **service.sports@ccgevrey-nuits.com**

Seuls les dossiers complets seront pris en compte.

Le paiement des activités se fait uniquement en 3 fois à réception d'une facture trimestrielle (Décembre - Mars - Juin). Celle-ci est à régler directement au Trésor Public.

Certaines activités sont accessibles aux personnes en situation de handicap, n'hésitez pas à vous renseigner.

Une réduction de 10% à l'ensemble des inscriptions des personnes d'un même foyer à partir de la deuxième

TARIFS DES ACTIVITÉS PAR PERSONNE

TARIF NORMAL

SI REMISE 10%

	TARIF NORMAL	Hors Comcom	SI REMISE 10%	Hors Comcom
3/6 ans	113 €	Hors Comcom 147 €	101,70 €	Hors Comcom 132,30 €
7/15 ans	126 €	Hors Comcom 164 €	113,40 €	Hors Comcom 147,60 €
16/25 ans	134 €	Hors Comcom 174 €	120,60 €	Hors Comcom 156,60 €
26 ans et +	165 €	Hors Comcom 215 €	148,50 €	Hors Comcom 193,50 €
55 ans et +	126 €	Hors Comcom 164 €	113,40 €	Hors Comcom 147,60 €

ACTIVITÉS HEBDOMADAIRES À L'ANNÉE

PETITE ENFANCE - 3 À 5 ANS

MERCREDI

▶ 3/4 ans

BABY MULTISPORTS → Gevrey-Chambertin, Arc-en-Ciel → 17h15 à 18h15

Bouger, grandir, découvrir son corps, se sociabiliser par le biais des jeux sportifs

BABY MULTISPORTS → L'Étang-Vergy, Pôle scolaire → 16h30 à 17h30

Bouger, grandir, découvrir son corps, se sociabiliser par le biais des jeux sportifs

SAMEDI

▶ 3/5 ans

ÉVEIL À LA DANSE → Gevrey-Chambertin, Arc-en-Ciel → 9h30 à 10h30

La découverte du corps en rythme et en musique

ENFANCE - 6 À 11 ANS

LUNDI

ESCALADE → Brochon, Gymnase J. Golmard

▶ 5/8 ans

→ 17h15 à 18h30

▶ 9/14 ans

→ 18h30 à 20h

Escalade sur mur artificiel et site naturel

MARDI

▶ 9/14 ans

ESCALADE → Brochon, Gymnase J. Golmard → 18h30 à 20h

Escalade sur mur artificiel et site naturel

▶ 8 ans et +

HIP-HOP → L'Étang-Vergy, Pôle scolaire → 18h30 à 19h30

Danse urbaine : rythme, figures et équilibre

VOS ACTIVITÉS HEBDOMADAIRES À L'ANNÉE

MERCREDI

- MULTISPORTS** → Salle Multiactivités, Saulon la Chapelle
- ▶ 5/7 ans → 9h30 à 10h30
 - ▶ 8/10 ans → 10h45 à 11h45
- Bouger, grandir et découvrir tout type de sports*
- ▶ 8 /11 ans
- MULTISPORTS NATURE** → Fixin, Parc Noisot (1^{ère} séance) → 14h15 à 15h45
- Découverte et pratique de diverses activités sportives de pleine nature (VTT, Orientation, Tir à l'Arc, Slackline, etc ...)*

VENDREDI

- ▶ 6 ans et +
- CIRQUE** → Gevrey-Chambertin, Arc-en-Ciel → 18h à 19h
- Jonglerie, équilibre, acrobaties et art du mouvement*

SAMEDI

- ▶ 8/14 ans
- MODERN JAZZ** → Gevrey-Chambertin, Arc-en-Ciel → 10h30 à 11h30
- Expression des émotions à travers une danse vivante*

ADOS - 12 À 17 ANS

LUNDI

- ▶ 9/14 ans
- ESCALADE** → Brochon, Gymnase J. Golmard → 18h30 à 20h
- Escalade sur mur artificiel et site naturel*

VOS ACTIVITÉS HEBDOMADAIRES À L'ANNÉE

MARDI

▶ 8 ans et +

HIP-HOP

→ L'Étang-Vergy, Pôle scolaire

→ 18h30 à 19h30

Danse urbaine : rythme, figures et équilibre

▶ 9/14 ans

ESCALADE

→ Brochon, Gymnase J. Golmard

→ 18h30 à 20h

Escalade sur mur artificiel et site naturel

VENDREDI

▶ 15 ans et +

YOGA

→ Chamboeuf, École Maternelle

→ 18h30 à 19h45

Pour mieux habiter le corps, apaiser le mental et libérer le souffle

APPORTEZ VOTRE TAPIS

SAMEDI

MODERN JAZZ

→ Gevrey-Chambertin, Arc-en-Ciel

→ 10h30 à 11h30

▶ 8/14 ans

Expression des émotions à travers une danse vivante

ADULTES

LUNDI

PILATES

→ Gevrey-Chambertin, Arc-en-Ciel

→ 8h à 9h

Sport et bien-être au sein d'une même activité offrant un travail musculaire en profondeur adapté à tous

APPORTEZ VOTRE TAPIS

SQUASH

→ Gevrey-Chambertin, Le Complexe

→ 19h30 - 21h

Le squash pour tous en toute convivialité

FIT' INTENSE

→ Gevrey-Chambertin, Arc-en-Ciel

→ 20h - 21h30

Renforcement musculaire, cardio pour le maintien et le développement de la forme physique

APPORTEZ VOTRE TAPIS

VOS ACTIVITÉS HEBDOMADAIRES À L'ANNÉE

MARDI

RELAX' ET VOUS → à Gevrey-Chambertin, Arc-en-Ciel → 18h45 à 19h45
Relaxation, sophrologie, méditation pour un quotidien plus serein

APPORTEZ VOTRE TAPIS

GYM' FORME → à Gevrey-Chambertin, Arc-en-Ciel → 20h à 21h15
Se maintenir en forme à l'aide d'exercices de coordination, de renforcement musculaire et d'étirements

APPORTEZ VOTRE TAPIS

MERCREDI

CROSS TRAINING → Brochon, gymnase Jérôme Golmard → 19h15 à 20h15
L'entraînement sous toutes ses formes en intérieur comme en extérieur

JEUDI

PILATES → L'Étang-Vergy, Pôle scolaire → 18h30 à 19h30
→ L'Étang-Vergy, Pôle scolaire → 19h30 à 20h30

Sport et bien-être au sein d'une même activité offrant un travail musculaire en profondeur adapté à tous

APPORTEZ VOTRE TAPIS

TANGO → Gevrey-Chambertin, Arc-en-Ciel → 20h à 21h30
Découvrir le tango et se perfectionner

VENDREDI

YOGA → Chamboeuf, École Maternelle → 18h30 à 19h45
Pour mieux habiter le corps, apaiser le mental et libérer le souffle

APPORTEZ VOTRE TAPIS

VOS ACTIVITÉS HEBDOMADAIRES À L'ANNÉE

SENIORS

Réservées au + 55 ans (en complément des activités adultes)

Avec le soutien de la CARSAT



LUNDI

BIEN-ÊTRE SENIORS → Gevrey-Chambertin, Arc-en-Ciel → 9h30 à 10h30

Activité alliant gym douce, équilibre, travail de mémoire pour une autonomie au quotidien

APPORTEZ VOTRE TAPIS

FIT'SENIORS ① → Gevrey-Chambertin, Arc-en-Ciel → 10h30 à 11h30

Maintien de la forme, renforcement musculaire dans une ambiance dynamique

APPORTEZ VOTRE TAPIS

MARDI

MARCHE NORDIQUE ① → Fixin, Parc Noisot (1^{ère} séance) → 9h à 10h30

Les bienfaits d'une activité physique de pleine nature, complète et accessible à tous

JEUDI

ZUMBA GOLD ① → Gevrey-Chambertin, Arc-en-Ciel → 9h à 10h

Entre danse latine et fitness, un cours dynamique pour hommes et femmes

YOGA SENIORS → Gevrey-Chambertin, Arc-en-Ciel → 10h15 à 11h30

Des cours bienfaisants travaillant souplesse, équilibre et respiration en douceur

APPORTEZ VOTRE TAPIS

① = fournir un certificat médical

ADRESSE DES LIEUX D'ACTIVITÉS

- **Gymnase J. Golmard**
Chemin du Mécanon, **BROCHON**
- **École Maternelle**
Rue du Parc, **CHAMBOEUF**
- **Bâtiment Arc-en-Ciel**
Avenue de Nierstein, **GEVREY-CHAMBERTIN**
- **Le Complexe de Gevrey**
Chemin de Champfranc, **GEVREY-CHAMBERTIN**
- **Pôle scolaire**
Grande Rue, **L'ÉTANG-VERGY**
- **Multi-activités**
Zone de loisirs, **SAULON-LA-CHAPELLE**

RENSEIGNEMENTS - CONTACTS

Pôle Administratif
Direction de l'Action Culturelle et Sportive
Service des Sports
2, rue Souvert
21220 Gevrey-Chambertin

Tél. : 03.80.51.84.59

@ : service.sports@ccgevrey-nuits.com