

RANDO ROLLER / TROTTINETTE



19^{h30} > 20^{h30}



Fabrice Lombardo



9 juin



La Grive
Parking de co-voiturage (CAPI)



23 juin



Champaret
Parking de la salle banalisée



Service Hygiène et Santé / Maison des habitants



7 juillet



Champ-Fleuri
Devant la Maison des habitants



21 juillet



En ville
Devant la Médiathèque (CAPI)



Fabrice Lombardo



1^{er} septembre



Champaret
Devant le Citystade



15 septembre



Champ-Fleuri
Place Nelson-Mandela

Un dossard fluo
sera prêté aux
participants



+

Recommandation :
se munir de
protections
(casques, genouillères, coudières)



+

Débutants
acceptés après une
Initiation Roller
(voir page précédente)



Savoir freiner et tenir l'équilibre

© concept, graph J. Coindre - Service communication / Ville de Bourgoin-Jallieu & Freeplik.com - Mai 2017

du 6 juin au 29 septembre

2017

Sportez-vous
Bien !



VOUS DÉPENSEZ SANS DÉPENSER !

RENSEIGNEMENTS

Pour toutes informations concernant l'opération

Sportez-vous Bien !

merci de contacter le **Service Hygiène et Santé**

04 74 28 35 05

sportezvousbien@bourgoinjallieu.fr

bourgoinjallieu.fr



YouTube



Le matin ou le soir en semaine...

LES LUNDIS

GYM DOUCE

 18^{h30} > 19^{h30}
 Loïc Bartosiewicz
 La Grive
Citystade
 **12, 19 & 26 juin**
 Maison des habitants

YOGA

 18^{h45} > 20^h
 Annabelle Gayraud
 Montbernier
Esplanade du Mont-Blanc
 **28 août • 4 & 11 sept.**

LES MERCREDIS

QI GONG

 9^h > 10^{h30}
 Magali Dubourdiou
 Montbernier
Esplanade du Mont-Blanc
 **7 & 21 juin • 6 sept.**

AQUAGYM

 19^h > 20^h
 CAPI
 Champaret
Piscine Pierre-Rajon
 **5, 12, 19 & 26 juillet**

LES VENDREDIS

TAÏ-CHI

 10^h > 11^{h30}
 OBPR
Maryse Blanchard
 Parc des Lilattes
devant École Simone-Veil
 **9 & 16 juin**
7, 21 & 28 juillet
 Local Ski Club

MARCHE

 10^h > 11^{h30}
 Espace Séniors
Olivier
 La Berjallière
 **9, 16, 23 & 30 juin**
7, 21 & 28 juillet
1, 8, 15, 22 & 29 sept.

LES MARDIS

TAEKWONDO INITIATION

 17^{h30} > 18^{h30} (Enfant)
18^{h30} > 20^h (Ado/Adulte)
 Taekwondo BJ
 Pré-Bénit
Gymnase Pierre-Folliet
 **6 & 20 juin**

MARCHE

 18^h > 19^{h30}
 Mickaël Clinco
 Champ-Fleuri
Maison des habitants
 **4, 11 & 25 juillet**

LES JEUDIS

ZUMBA

 18^h > 19^h
 Lætitia Antolinos
 Champaret
Citystade
 **8, 15, 22 & 29 juin**
31 août • 7 & 14 sept.
 Maison des habitants

QI GONG

 9^{h30} > 11^h
 Isabelle Donzallaz
 Rosière
Cabane des pêcheurs
 **15, 22 & 29 juin**

QI GONG

 18^{h30} > 20^h
 Isabelle Donzallaz
 Rosière
Cabane des pêcheurs
 **13, 20 & 27 juin**

GYM DOUCE

 9^{h15} > 10^{h15}
10^{h30} > 11^{h30}
 Espace Séniors
Olivier
 Parc des Lilattes
devant École Simone-Veil
 **6, 13, 20 & 27 juin**
4, 11, 18 & 25 juillet
29 août • 5, 12, 19 & 26 sept.
 Local Ski Club

ZUMBA

 18^h > 19^h
 Hélène Bajard
 Champaret
Citystade
 **6, 13, 20 & 27 juillet**
 Maison des habitants

GYM DOUCE

 18^{h30} > 19^{h30}
 Loïc Bartosiewicz
 La Grive
Citystade
 **6, 13, 20 & 27 juillet**
7 & 14 sept.
 Maison des habitants

INITIATION ROLLER

 18^h > 19^h
 Fabrice Lombardo
 Champ-Fleuri
Terrain sport à coté de l'École Jean-Rostand
 **9, 16, 23 & 30 juin**
25 août • 1, 8 & 15 sept.

QI GONG

 14^h > 15^{h30}
 Magali Dubourdiou
 Parc des Lilattes
devant École Simone-Veil
 **16, 23 & 30 juin**
8 & 15 sept.
 Local Ski Club

RANDO ROLLER / TROTTINETTE
(VOIR AU DOS) 

Vous êtes plutôt du week-end ?...

LES SAMEDIS

CHAKRADANSE® INITIATION

 9^{h30} > 12^h
 Isabelle Donzallaz
 Champaret
Salle banalisée
 **1^{er} juillet**

KRAV MAGA SELF DÉFENSE INITIATION

 10^h > 12^h
 Association Ashigaru
 Pré-Bénit
Gymnase Pierre-Folliet
 **17 & 24 juin**

Sportez-vous Bien !

Toutes les activités sont proposées par la Ville de Bourgoin-Jallieu et différents partenaires sportifs. Elles sont entièrement **GRATUITES**, **SANS INSCRIPTION** et **SANS OBLIGATION DE SUIVI**. Elles s'adressent à **TOUS LES PUBLICS** et à tous les niveaux.