SPORTS AUX JARDINS – JUILLET 2022

Le jour	La discipline	Le lieu et l'horaire	L'association
Vendredi 8 juillet	**Qi Gong et Méditation** *A partir de 16 ans*	**Parc Ste Radegonde** *(rdv aire de fitness)* de 18h00 - 19h30	**Arura** Olivier ALLENO 06 71 10 91 64 info@arura.fr
Samedi 9 juillet	**Taïso** *A partir de 16 ans*	**Parc Ste Radegonde** *(rdv aire de fitness)* de 9h00 à 10h00	**Arts Martiaux de Touraine** Florent PELLETIER 06 61 22 11 20 artsmartiauxdetouraine@gmail.com
Lundi 11 juillet	**Yoga** *A partir de 16 ans*	**Parc du Lac de la Bergeonnerie** *(rdv devant le Centre Aquatique du Lac)* de 18h00 à 19h00	**Harmonie et Bien-être** Christine VIDEGRAIN 06 07 70 81 26 christinevidegrain@orange.fr
Mardi 12 juillet	**Escrime** *A partir de 16 ans*	**Parc du Lac de la Bergeonnerie** *(rdv devant le Centre Aquatique du Lac)* de 18h00 à 19h30	**Salle d'Armes Tourangelles** Camille ROCHETEAU 06 06 33 59 58 16 cam.rocheteau@gmail.com
Mercredi 13 juillet	**Qi Gong et Méditation** *A partir de 16 ans*	**Parc du Lac de la Bergeonnerie** *(rdv devant le Centre Aquatique du Lac)* de 18h00 à 19h30	**Arura** Olivier ALLENO 06 71 10 91 64 info@arura.fr
Lundi 18 juillet	**Escrime** *A partir de 8 ans*	**Parc du Lac de la Bergeonnerie** *(rdv devant le Centre Aquatique du Lac)* de 10h00 à 11h30	**Salle d'Armes Tourangelles** Camille ROCHETEAU 06 06 33 59 58 16 cam.rocheteau@gmail.com
Lundi 18 juillet	**Fitness de plein air** *A partir de 16 ans*	**Quartier des 2 Lions** *(rdv à côté du Pont Fil d'Ariane)* de 19h00 à 20h00	**Air Fit & Direction des Sports** Sophie BROSSARD 02 47 70 85 37 s.brossard@ville-tours.fr
Mercredi 20 juillet	**Fitness de plein air** *A partir de 16 ans*	**Quartier des 2 Lions** *(rdv à côté du Pont Fil d'Ariane)* de 9h30 à 10h30	**Air Fit & Direction des Sports** Sophie BROSSARD 02 47 70 85 37 s.brossard@ville-tours.fr
Mercredi 20 juillet	**Qi Gong et Méditation** *A partir de 16 ans*	**Jardin des Prébendes** *(rdv au kiosque)* de 18h00 à 19h30	**Arura** Olivier ALLENO 06 71 10 91 64 info@arura.fr

Jeudi 21 juillet	**Promenade et découverte du lac en voilier** *A partir de 5 ans*	**Lac de la Bergeonnerie** de 14h00 à 14h30	**Cercle de Voile de Touraine** Bruno DUPIN 07 62 96 00 23 cvtouraine@gmail.com
Jeudi 21 juillet	**Gym douce** *A partir de 16 ans*	**Parc Ste Radegonde** *(rdv parking Tennis Club de Tours)* de 17h00 à 18h00	**Harmonie et Bien-être** Christine VIDEGRAIN 06 07 70 81 26 christinevidegrain@orange.fr
Vendredi 22 juillet	**Escrime** *A partir de 8 ans*	**Parc Ste Radegonde** *(rdv aire de fitness)* de 14h00 à 15h30	**Salle d'Armes Tourangelles** Camille ROCHETEAU 06 06 33 59 58 16 cam.rocheteau@gmail.com
Lundi 25 juillet	**Fitness de plein air** *A partir de 16 ans*	**Quartier des 2 Lions** *(rdv à côté du Pont Fil d'Ariane)* de 19h00 à 20h00	**Air Fit & Direction des Sports** Sophie BROSSARD 02 47 70 85 37 s.brossard@ville-tours.fr
Mardi 26 juillet	**Promenade et découverte du lac en voilier** *A partir de 5 ans*	**Lac de la Bergeonnerie** de 14h00 à 14h30	**Cercle de Voile de Touraine** Bruno DUPIN 07 62 96 00 23 cvtouraine@gmail.com
Mercredi 27 juillet	**Escrime** *A partir de 16 ans*	**Parc Ste Radegonde** *(rdv aire de fitness)* de 18h00 à 19h30	**Salle d'Armes Tourangelles** Camille ROCHETEAU 06 06 33 59 58 16 cam.rocheteau@gmail.com
Jeudi 28 juillet	**Promenade et découverte du lac en voilier** *A partir de 5 ans*	**Lac de la Bergeonnerie** de 14h00 à 14h30	**Cercle de Voile de Touraine** Bruno DUPIN 07 62 96 00 23 cvtouraine@gmail.com
Vendredi 29 juillet	**Qi Gong et Méditation** *A partir de 16 ans*	**Parc Mirabeau** de 18h00 à 19h30	**Arura** Olivier ALLENO 06 71 10 91 64 info@arura.fr
Samedi 30 juillet	**Arts Martiaux Vietnamiens** *A partir de 16 ans*	**Parc Ste Radegonde** *(rdv aire de fitness)* de 9h00 à 10h00	**Arts Martiaux de Touraine** Florent PELLETIER 06 61 22 11 20 artsmartiauxdetouraine@gmail.com
Samedi 30 juillet	**Escrime** *A partir de 8 ans*	**Parc du Lac de la Bergeonnerie** *(rdv devant le Centre Aquatique du Lac)* de 10h00 à 11h30	**Salle d'Armes Tourangelles** Camille ROCHETEAU 06 06 33 59 58 16 cam.rocheteau@gmail.com