



COMITÉ DÉPARTEMENTAL OLYMPIQUE ET SPORTIF DE L'ISÈRE

Dispositif Prescri'Bouge

7, rue de l'Industrie – 38320 Eybens

06 03 93 60 69 - info@prescribouge.fr – www.prescribouge.fr



CATALOGUE DES ACTIVITES ETE 2021

Associations et structures partenaires de Prescri'Bouge



Pour ces activités, inscription directement auprès de l'éducateur sportif de la structure !

Activités Physiques Adaptées

STRUCTURE	LOCALISATION	ACTIVITES	JOURS-HORAIRES	TARIFS	CONTACT	AUTRES INFOS
Big Bang Ballers	Parc de la Poya, Fontaine	Gym douce	Jeudi 10h-11h En juillet	Gratuit	Violette Thevenin 06 41 56 17 83	
Capables	<p>5 au 10 juillet :</p> <ul style="list-style-type: none"> mardi 6 - Grenoble - 16h30-17h30 - Renforcement musculaire mardi 6 - Grenoble - 18h-19h - Marche active mercredi 7 - Grenoble - 16h30-17h30 - Marche active mercredi 7 - Grenoble - 18h-19h - Renforcement musculaire <p>12 au 17 juillet :</p> <ul style="list-style-type: none"> mardi 13 - Grenoble - 16h30-17h30 - Renforcement musculaire mardi 13 - Grenoble - 18h-19h - Marche active jeudi 15 - Grenoble - 16h30-17h30 - Marche active jeudi 15 - Grenoble - 18h-19h - Renforcement musculaire <p>19 au 24 juillet :</p> <ul style="list-style-type: none"> mardi 20 - Grenoble - 16h30-17h30 - Renforcement musculaire mardi 20 - Grenoble - 18h-19h - Marche active jeudi 22 - Grenoble - 16h30-17h30 - Marche active jeudi 22 - Grenoble - 18h-19h - Renforcement musculaire <p>26 au 31 juillet :</p> <ul style="list-style-type: none"> mardi 27 - Grenoble - 16h30-17h30 - Renforcement musculaire mardi 27 - Grenoble - 18h-19h - Marche active jeudi 29 - Grenoble - 16h30-17h30 - Marche active jeudi 29 - Grenoble - 18h-19h - Renforcement musculaire 	5€ adhésion + 10€/séances	<p>Céline : 06 86 59 10 37 Ou Elsa : 07 70 11 08 11</p> <p>Inscription un jour avant la séance</p> <p>Lieux :</p> <p>Grenoble : mardi - Parc Jean Verlhac - RDV devant la MDH Le Patio</p> <p>Grenoble : mercredi et jeudi - Parc Bachelard - RDV devant le Prunier sauvage</p>			

	<p>2 au 7 août :</p> <ul style="list-style-type: none"> • mardi 3 - Grenoble - 16h30-17h30 - Renforcement musculaire • mardi 3 - Grenoble - 18h-19h - Marche active • jeudi 5 - Grenoble - 16h30-17h30 - Marche active • jeudi 5 - Grenoble - 18h-19h - Renforcement musculaire <p>9 au 14 août :</p> <ul style="list-style-type: none"> • mardi 10 - Grenoble - 16h30-17h30 - Renforcement musculaire • mardi 10 - Grenoble - 18h-19h - Marche active • jeudi 12 - Grenoble - 16h30-17h30 - Marche active • jeudi 12 - Grenoble - 18h-19h - Renforcement musculaire 			
<p>AM Sport Santé</p>		<p>22 Rue de Malfangeat 38400 St Martin D'Hères - 10€ ou 12€/séance - Juillet</p>	<p>Anais 06 06 78 45 26</p>	
<p>Acti'Forme</p>	<p>Cycle découverte les mardis de 11h à 12h du 22/06 au 20/07 et du 24/08 au 14/09</p> <p>La Bifurk, 2 rue Gustave Flaubert 38100 Grenoble</p>	<p>20€ le cycle</p>	<p>Anthony 06 38 05 12 44</p>	<p>Découvertes des APA (gym douce, relaxation en mouvement...)</p>

Sport santé

STRUCTURE	LOCALISATION	ACTIVITES	JOURS-HORAIRES	TARIFS	CONTACT	AUTRES INFOS
Vivacité	Parc Paul Mistral	Gym douce et équilibre	Mardi de 10h à 11h En juin et juillet	5 séances : 40€ 9 séances : 68€	Laure 06 38 14 08 75	Cours de gym douce et travail de l'équilibre
GMC 38	Eybens	Coach Vélo Santé	Mercredi de 17h30 à 19h30		Jean 06 80 01 73 99	
Athlétic Club Eybens	Complexe sportif Roger JOURNET 28, Rue des RUIRES 38320 Eybens	Salle de sport	Tous les jours en Juillet	A voir avec la structure	Fabrice : 04.57.93.04.90 athletic.club.eybens@hotmail.fr	Educateurs présents dans la salle de sport pour vous aider à faire votre programme d'activités, selon vos objectifs