

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
09:00						
10:00			ACTIVITE LIBRE 40 Rue du Camp de Droite Boulogne-sur-Mer, 62200			
11:00	MARCHE NORDIQUE Départ aléatoire 10km			ACTIVITE LIBRE 40 Rue du Camp de Droite Boulogne-sur-Mer, 62200		
12:00						
13:00						
14:00						
15:00				MARCHE NORDIQUE Départ aléatoire		
16:00			ACTIVITE LIBRE 40 Rue du Camp de Droite Boulogne-sur-Mer, 62200			
17:00						
18:00						
19:00	RENFORCEMENT MUSCULAIRE Maison des Associations rue de Wicardenne, 62200		PILATES Decathlon Saint Martin Rue du Mont de joie ZAC	RENFORCEMENT MUSCULAIRE espace des Carrières à Baincthun	MARCHE NORDIQUE Départ Decathlon Saint Martin Rue du Mont de joie ZAC	
20:00	PILATES 18h - 19h Decathlon Saint Martin Rue du Mont de joie ZAC					

*Le planning est susceptible d'être modifié

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
09:00						PILATES 163 Rue de la Mairie Beuvrequen
10:00	MARCHE NORDIQUE Départ aléatoire 10km			ACTIVITE LIBRE 40 Rue du Camp de Droite Boulogne-sur-Mer, 62200	ACTIVITE LIBRE 40 Rue du Camp de Droite Boulogne-sur-Mer, 62200	
11:00						
12:00						
13:00						
14:00				MARCHE NORDIQUE Départ aléatoire		
15:00			ACTIVITE LIBRE 40 Rue du Camp de Droite Boulogne-sur-Mer, 62200			
16:00						
17:00						
18:00						
19:00	RENFORCEMENT MUSCULAIRE Maison des Associations rue de Wicardenne, 62200		PILATES Decathlon Saint Martin Rue du Mont de joie ZAC	RENFORCEMENT MUSCULAIRE espace des Carrières à Baincthun	MARCHE NORDIQUE Départ Decathlon Saint Martin Rue du Mont de joie ZAC	
20:00	PILATES 18h - 19h Decathlon Saint Martin Rue du Mont de joie ZAC					

*Le planning est susceptible d'être modifié

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
09:00						
10:00	MARCHE NORDIQUE Départ aléatoire 10km		ACTIVITE LIBRE 40 Rue du Camp de Droite Boulogne-sur-Mer, 62200	ACTIVITE LIBRE 40 Rue du Camp de Droite Boulogne-sur-Mer, 62200		
11:00						
12:00						
13:00						
14:00				MARCHE NORDIQUE Départ aléatoire		
15:00			ACTIVITE LIBRE 40 Rue du Camp de Droite Boulogne-sur-Mer, 62200			
16:00						
17:00						
18:00		PILATES Centre Socio Culturel La Capelle	PILATES Decathlon Saint Martin Rue du Mont de joie ZAC	RENFORCEMENT MUSCULAIRE espace des Carrières à Baincthun	MARCHE NORDIQUE Départ Decathlon Saint Martin Rue du Mont de joie ZAC	
19:00	RENFORCEMENT MUSCULAIRE Maison des Associations rue de Wicardenne, 62200					
20:00						

*Le planning est susceptible d'être modifié

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
09:00						
10:00					ACTIVITE LIBRE 40 Rue du Camp de Droite Boulogne-sur-Mer, 62200	
11:00	MARCHE NORDIQUE Départ aléatoire 10km			ACTIVITE LIBRE 40 Rue du Camp de Droite Boulogne-sur-Mer, 62200		
12:00						
13:00						
14:00						
15:00				MARCHE NORDIQUE Départ aléatoire		
16:00						
17:00						
18:00						
19:00	RENFORCEMENT MUSCULAIRE Maison des Associations rue de Wicardenne, 62200	PILATES Centre Socio Culturel La Capelle		RENFORCEMENT MUSCULAIRE espace des Carrières à Baincthun	MARCHE NORDIQUE Départ Decathlon Saint Martin Rue du Mont de joie ZAC	
20:00					PILATES 18h - 19h Decathlon Saint Martin Rue du Mont de joie ZAC	

*Le planning est susceptible d'être modifié

ANNEXE

Planning d'activités

Adresses des lieux de pratique :

Boulogne/mer : Maison des Associations, 19 rue de Wicardenne 62200

St Martin Boulogne : Decathlon Opale, ZAC Montjoie, 62280

Beuvrequen : 163 rue de la Mairie, 62250

Baincthun : Espace des carrières, route de Desvres, 62360

Modalités d'inscription :

Dossier à venir retirer sur site // possibilité de le recevoir par mail

Nous contacter :

Maison d'Activité Physique Adaptée à la Santé (MAPAS) de la Côte d'Opale

163 rue de la Mairie 62250 Beuvrequen

42 rue du Camp de Droite 62200 Boulogne sur Mer

09.51.15.02.66 // 06.81.09.04.35