

ASSOCIATIONS ET STRUCTURES PARTENAIRES DE LA MAISON SPORT SANTE

Ce guide vous aidera à vous orienter plus facilement vers une structure pour continuer vos activités sportives en toute sérénité.

Sport Santé sur Ordonnance

CENTRE-VILLE, GARE ET KRUTENAU

ASL GENDARMERIE	<p>Danse de salon</p> 	<p>Gymnase Marcot (3 rue de Saales centre ville Strasbourg) Mercredi 19h - 20h15</p>	<p>Vanessa MAREL Tél. : 06 11 08 69 89 https://ods67.com/club/asl-gendarmerie/</p>	<p>Tarifs annuels Danse de salon 100 €</p>
	<p>Gym et Fitness (Exercices de cardio, de musculation, d'étirements...)</p>	<p>Gymnase Marcot (3 rue de Saales centre ville Strasbourg) Jeudi 19h30 - 20h30</p>		<p>Gym et Fitness 180 €</p>
	<p>Gym volontaire (Renforcement musculaire et la souplesse)</p> 	<p>Gymnase Marcot (3 rue de Saales centre ville Strasbourg) Mardi 17h30 - 19h30</p>		<p>Gym volontaire 112 € (1 fois par semaine) 150 € (2 fois par semaine)</p>
	<p>Yoga (Ensemble d'exercices corporels et respiratoires)</p>	<p>Caserne Ganeval (2 Rue de Molsheim, 67000 Strasbourg)</p>		<p>Yoga 130 € Annuels</p>

GYM GV 56	<p>GYM d'entretien (Renforcement musculaire et étirements)</p>	<p>Gym St Aurèlie (32 Rue Sainte- Marguerite 67000 Strasbourg) Mardis 18h15 - 19h15</p>	<p>Cristian GROSSE Tél. : 06 82 44 52 35</p>	<p>140 € Annuels</p>
------------------	---	---	--	----------------------

INPACT	<p>QI GONG + TAI CHI CHUAN (Gymnastique traditionnelle chinoise douce)</p>	<p>Mardi 18h45 - 20h15 Jeudi 18h45 - 20h15 Centre Sportif de l'Esplanade : 15 rue Louvois - STRASBOURG</p>	<p>Alphonse MEDINA Tél. : 06 76 29 37 43 https://www.sports-et-loisirs.fr/clubs-cours/fiche-inpact-8566.php</p>	<p>210 € Annuels (1 fois par semaine) Possibilité de faire une séance découverte gratuite.</p>
---------------	---	--	--	--

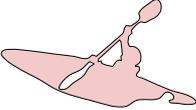
AS CHEMINOTS DE STRASBOURG	Qi Gong et Méditation (Gymnastique traditionnelle chinoise)	Salle communale Place de la mairie (Sessenheim) Lundi : 19h00 - 20h30 Centre méditation, 2a Rue de la Moder (Dalhunden) Jeudi : 19h00 - 20h30	Gabriel ZIMMERMANN Tél. : 06 72 90 61 95 mouxhi@orange.fr	Tarif Annuel 230 € - 50% Pour le conjoint
	Yoga du cœur (Ensemble d'exercices corporels et respiratoires)	Centre méditation, 2a Rue de la Moder (Dalhunden) Jeudi : 18h00 - 19h00	Denis SCHANN - Président Tél. : 06 83 45 15 07 dschann@free.fr	
AS CHEMINOTS DE STRASBOURG	Pilâtes (Développement des muscles profonds, l'amélioration de la posture)	Gymnase Wilson - 3 bd Wilson, Strasbourg-gare Mardi 17h à 18h Jeudi de 12h à 13h	https://asc1927.wixsite.com/asc1927 Régine EWALD - Secrétaire	non-cheminots : 130 € cheminots ou ayant-droits : 110 € Annuels
	 Gym sport santé (Cym douce adaptée)	Gymnase Wilson - 3 bd Wilson, Strasbourg-gare Mercredi de 19h30 à 20h30 , Jeudi 17h à 18h	larmewald@free.fr	
ASN 67 	Marche nordique (Pratique de marche avec des bâtons en pleine nature)	ASN67 19 rue des Couples 67000 STRASBOURG France	Franck EGLY Tél. : 06 33 67 53 25 Mail : franck.egly@hotmail.com contact@asn67.fr https://asn67.com/	145 € Annuels
CAMBIO SALSA ACADEMY 	SALSA (Danse)	Vendredi 19h30 : niveau débutant Bâtiment du Portique sur le campus universitaire de Strasbourg, à l'Esplanade, au 14 rue René Descartes.	Pascale JULLY-LOTZ Tél. : 06 11 78 85 07 pascale.jully@gmail.com cambio.salsacademy@gmail.com m https://salsastrasbourg.wordpress.com/	195 € Annuels Cours à la carte (10 séances - valable la saison en-cours - adhésion comprise) : 150 €

<p>L'OASIS</p>	<p>QI GONG (Gymnastique traditionnelle chinoise)</p>	<p>MOLSHEIM MARDI 17h30 à 18h30 ou 18h45 à 19h45 JEUDI de 9h15 à 10h15 À l'ancienne maternelle du Rott, 6 rue Philippi. Parking ! STRASBOURG LUNDI-12h30 à 13h30 En face de l'Orangerie, dans le Centre Sportif du Bon Pasteur, 6a, Bld Jean Sebastien Bach, Au rdc., salle au fond du couloir à droite. NOUVEAU COURS À l'Esplanade, dans l'école Robert Schuman, 10 rue Vauban, salle polyvalente rdc JEUDI-18h30 à 19h45 À l'Esplanade, école Robert Schuman, 10 rue Vauban, salle polyvalente rdc</p>	<p>Yaël PICARD Association L'Oasis Tél. : 03 88 36 32 53 contact@loasis.eu http://www.qigong-strasbourg.fr/Accueil.html</p>	<p>250 € Annuels 233 € Annuels Tarif Maison Sport Santé </p>
-----------------------	---	---	---	--

<p>GYMNASTIQUE STE AURELIE</p>	<p>Gymnastique forme/entretien Pilâtes (Développement des muscles profonds, l'amélioration de la posture)</p>	<p>Mercredi 19h00 à 20h00 GYMNASE SAINTE AURELIE rue Sainte Marguerite, GARE - TRIBUNAL, STRASBOURG Lundi 18h15 à 19h15 Mercredi 18h00 à 19h00 GYMNASE SAINTE AURELIE rue Sainte Marguerite, GARE - TRIBUNAL, STRASBOURG</p>	<p>Colette BIEVELOT Tél. : 06 48 09 15 90 colette-philippe@neuf.fr</p>	<p>120 € Annuels</p>
---------------------------------------	--	--	--	----------------------

<p>AQUA TONIC</p>	<p>Renforcement musculaire, Pilâtes "Ainés" Renforcement musculaire, Pilâtes Gym aquatique Coaching individuel de remise en forme.</p>	<p>lundi 10h00 - Wolfisheim lundi 19h30 - Wolfisheim Piscine Schiltigheim - Jeudi 12h15 Piscine Saint Guillaume Strasbourg - lundi 10h - mardi 9h - mercredi 15h - jeudi 18h - vendredi 12h30 Domicile sur demande</p>	<p>Contact : aquatonic67@gmail.com Tél. : 06 14 59 89 48 Fixe 03 88 77 85 00 https://www.aquatonic-strasbourg.fr/</p>	<p>Prix par saison : 1 séance par semaine 230€ 2 séances par semaine 400 € 3 séances par semaine 520 €</p>
--------------------------	--	--	---	--

<p>GULFSTREAM</p>	<p>Aquagym (Gymnastique dans l'eau)</p>	<p>Contades - Centre Clémenceau Centre - Abrapa</p>	<p>aquagym.gs@gmail.com Tél. : 06 68 03 76 16</p>	<p>160 € Annuels</p>
--------------------------	--	---	---	----------------------

<p>ROWING CLUB</p>	<p>AVIRON (Sport nautique, sport de glisse et de plein air qui allie force et finesse) AVIFIT (fitness sur rameur en salle)</p>	<p>9 Allée Colette BessonStrasbourg (Parc du Heyritz)</p> 	<p>Laurent CERESOLI coachs@rowing-club.net Tél. : 06 45 63 31 98 http://www.rowing-club.net/</p>	<p>Tarifs annuels Aviron : 380 € Tarif réduit pour les chercheurs d'emploi : 210 € étudiants -27 ans 305€ AVIFIT Carte de 10 séances : 100€</p>
---------------------------	---	---	--	--

<p>SPORT POUR TOUS</p>	<p>Sports et Cancers (gym forme-marche nordique) Sports et Cancers (gym forme-marche nordique) Sports Santé (multisports - gym forme, badminton-marche nordique)</p>	<p>Rowing Club Aviron Hôpital RHÉNA Jardin des deux rives CREPS de STRASBOURG Samedi 9-10h</p>	<p>WIRRMANN LISE - lise.wirrmann@sportspourtous.org Tél. : 07 77 85 01 79 https://cd.sportspourtous.org/bas-rhin</p>	<p>130 € Annuels</p>
-------------------------------	---	--	---	--------------------------

<p>STRASBOURG EAUX VIVES</p>	<p>Musculation Stage découverte canoë-kayak 8-16 ans saison estivale Canoë-kayak Esquimautage en piscine Randonnées nautiques saison estivale</p>	<p>36 rue Pierre de Coubertin 67000 STRASBOURG</p>	<p>accueil@strasbourgeoisvives.org Ludovic FARRUDJA ludovic.farrudja@orange.fr Tél. : 06 13 51 57 56 https://www.strasbourgeoisvives.org/site/index.php/presentation-du-club/#page-content</p>	<p>170 € + 30 € (frais d'inscription) 12 mois 100 € + 30 € (frais d'inscription) 4 mois</p>
-------------------------------------	--	--	--	---

<p>UNIS VERS LE SPORT</p>	<p>Boxe douce Multisports</p>	<p>30 Quai des Bateliers 67000 Strasbourg</p>	<p>sante@unisverslesport.com - Tél. : 06 19 13 50 46 https://www.unisverslesport.com/</p>	<p>Tarif normal : 150€ (1 activité par semaine) , 190€ (plusieurs activités) , forfait nombre de séances 80€ (12 séances) Tarif Maison sport santé: 120€ (1 activité par semaine) , 150 € (plusieurs activités, forfait nombre de séances 80€ (15 séances))  Tarif diabétiques : 0€ (1 activité par semaine)</p>
----------------------------------	---	--	--	--

**UNIVERSITE
POPULAIRE
EUROPEENNE**

**Marche cardio
renforcement
(tous niveaux)**

**Course à pied
(tous niveaux)**

**Marche
Nordique**

**Pilâtes
(débutant)**

Gym Douce

Pilâtes Sénior

**Etirements de
dos**

QI GONG

**GYMNASTIQUE
SENIOR**

YOGA



**FELDENKRAIS
(équilibre et
relaxation)**

TAI CHI CHUAN

YOGA SENIOR

**STRETCHING
(étirements)**

Mardi à 10h30

Mardi à 12h

Mercredi à 14 h

Jeudi à 10h30

Vendredi à
9h30

Lundi à 9h, 10h,
10h15, ou 20h
Mercredi 10h30,
14h30 ou 16h
Vendredi 12h15
ou 14h30

Lundi à 15h30
Mercredi 12h30
ou 14h
Vendredi 12h30

Mardi à 9h

Mardi 19h30

Lundi à 12h15
Mardi 20h
Mercredi 9h

Lundi à 14h

Lundi 15h ou
18h 30
Mardi 9h, 12h
15, 14h 30, 15h
30, 17h, 18h ou
19h 30

Lundi à 15h 30
Mardi 12h 15

Lundi à 17 h
Mardi 10h 30,
14h ou 16h 30

Mardi 10h 30

Mardi 10h 30

EN EXTERIEUR
Strasbourg
9 Place de l'Université
67000 Strasbourg
Tél. +33 3 88 36 32 10
strasbourg@upe-alsace.fr
<https://strasbourg.upe-alsace.fr/familles/activites-physiques-en-exterieur-66.html>

**COMPLEXE SPORTIF PIERRE
SAMMEL**
ECKBOLSHEIM (Pilâtes de 9h et
10h15)
CSU Strasbourg (Pilâtes : 10h)

Cours St Louis Strasbourg (Gym
Douce, Pilâtes à 20h, 10h30, 16h ou
14h30; Pilâtes Sénior et Etirements
de dos)

Colette Besson LINGOLSHEIM
(Pilâtes débutants vendredi 12h15)

Avenue d'Alsace Strasbourg (Gym
Douce Vendredi 12h30)

Gymnase de l'Avenir Lingolsheim
(Pilâtes 14h30)
<https://strasbourg.upe-alsace.fr/familles/activites-physiques-en-interieur-13.html>

Avenue d'Alsace Strasbourg (QI
Gong, Yoga, Tai Chi Chuan de 16h30)

Cours St Louis Strasbourg (Gym
senior et Feldenkrais, Tai Chi Chuan,
Yoga du Mardi 9h et 17h, Yoga
sénior, Stretching)

Consulter le site pour voir les
disponibilités en temps réel :

<https://strasbourg.upe-alsace.fr/familles/equilibre-et-relaxation-14.html>

9 Place de l'Université
67000 Strasbourg
Tél. +33 3 88 36 32 10
strasbourg@upe-alsace.fr

**Marche Cardio
et Course à
pied :**

160 € Annuels

Marche

Nordique :

210 € Annuels
(Une séance par
semaine)

160 € Annuels
(Une séance par
semaine)

160 € Annuel
(Une séance par
semaine)



KOENIGSHOFFEN, CRONENBOURG, HAUTEPIERRE

<p>ASPTT</p>	<p>Tennis Santé Gymnastique d'entretien Gym posturale Natation Cardio training (Renforcement musculaire et étirements)</p>	<p>Centre Sportif Ouest - ASPTT 6 Chemin Long (Koenigshoffen)</p>	<p>MATHIEU Pierre-Yves Tél. : 06 75 04 53 87 pym1902@hotmail.com fouchet.pierre@orange.fr Tél. : 06 82 81 38 03 / 03 88 56 31 55 christian.christophel@club-internet.fr Tél. : 03 88 10 03 20 https://strasbourg.asptt.com/ aspttnatation@orange.fr Tel : 03 88 27 16 59</p>	<p>Tennis : 185 € Annuels Cym entretien : 99€ Annuels</p>
---------------------	--	--	--	--

<p>AIKIDO STRASBOURG</p>	<p>Renforcement musculaire et cardio (Amélioration de l'endurance - Amélioration de la capacité pulmonaire) Méditation Stretching (Etirements) Aïkido débutants (Art martial japonais)</p>	<p>Vendredi soir 18h30 - 19h Centre Victor Schoelcher (56 rue du Rieth) Samedi matin 9h30 - 10h Aquarium (15 rue Augustin Fresnel) Samedi matin 11h - 12h Aquarium (15 rue Augustin Fresnel) Centre Victor Schoelcher (56 rue du Rieth) Mercredi 18h30 - 19h30</p>	<p>Sadek KHETTAB Tél. : 06 98 77 29 97 https://aikido-strasbourg-eurometropole.com/</p>	<p>Tarif Annuel 180 € 150 € Annuels (Tarif réduit)</p>
---------------------------------	--	---	--	---

<p>STRASBOURG UNIVERSITE CLUB</p>	<p>Gym sport santé (Cym adapté)</p> 	<p>Gymnase HERRADE, 43 Alle des Comptes 67200 Strasbourg (Koenigshoffen)</p>	<p>Olivier BRAUN Tél. : 06 07 49 07 53 gym@sucstrasbourg.fr https://www.sucstrasbourg.fr/</p>	<p>210 € Annuels</p>
--	---	---	--	----------------------

<p>ASES</p> 	<p>Badminton (Sport de raquettes) Yoga (Ensemble d'exercices corporels et respiratoires)</p>	<p>Salle omnisport de Reichstett (rue de Picardie) mardi et vendredi de 12h à 13h45 7 rue de l'Engelbreit 67200 Strasbourg (Koenigshoffen) Tous les jeudis (hors congés scolaires) 1er cours : de 16h30 à 17h30 2ème cours : de 18h30 à 19h30</p>	<p>Marie-Louise LELEU ases@es.fr https://www.ases.asso.fr/ Michèle KRITTER-DROUARD michele.kritter-drouard@es.fr</p>	<p>150 € Annuels (Koenigshoffen) 130 € Annuels (Mundolsheim)</p>
--	---	---	---	---

ASSOCIATION JOIE ET SANTE KOENIGSHOFFEN	Pilâtes (Développement des muscles profonds, l'amélioration de la posture)	Le mardi de 9h15 à 10h15 hors vacances scolaires au CSC Camille Claus, 41 rue Virgile	Daniel CHINAGLIA Tél. : 03 88 28 49 71	Pilâtes : tarifs annuels selon le quotient familial de la CAF : de 0 à 400 € = 126 € de 401 à 580 € = 148 € de 581 à 880 € = 202 € de 881 à 1380 € = 236 € 1381 et plus = 252 €
	Marche nordique (Pratique de marche avec des bâtons en pleine nature)	Le jeudi de 14h à 15h30 Rendez-vous à la Tour du Schloessel à Strasbourg Koenigshoffen	Régine MILLON Tél. : 06 62 40 53 82 CSC Camille Claus Tél. : 03 88 28 49 71 https://www.helloasso.com/associations/association-joie-et-sante-koenigshoffen	
				Marche nordique : 56 € Annuels

STRASBOURG GRS	Pilâtes (Développement des muscles profonds, l'amélioration de la posture)	Tous les mercredis de 12h30 à 13h30 hors congés scolaires au gymnase Gustave Doré, rue de Rangen - Strasbourg Cronembourg	Nadia CHARNAY Tél. 07 50 80 69 61 https://strasbourg-grs.ovh/inscriptions-2021-2022/	280 € Annuels
	Yoga (Ensemble d'exercices corporels et respiratoires)	Tous les mardis de 18h00 à 19h00 hors congés scolaires au gymnase Adler, rue Adler - Strasbourg Robertsau		

COMITE DEPARTEMENTAL DE GYMNASTIQUE DU BAS-RHIN	Baby Gym, Gymnastique loisirs (0 à 6 ans) Gymnastique artistique masculine et féminine (6 ans et +) Gymnastique rythmique (6 ans et +) Gymnastique acrobatique (6 ans et +) Trampoline, Aérobie, Team Gym, Tumbling (6 ans et +) Gym Santé (25-50 ans et 50 ans et +) Freestyle Gym (6 ans et +)	Bischheim, Eckbolsheim, Eschau, Hoerd, Holtzheim, Illkirch-Graffenstaden, Koenigshoffen, La Wantzenau, Schiltigheim, Strasbourg. Et d'autres sites dans le Bas-Rhin Retrouvez la liste des clubs sur : https://cd67.ffgym.fr/Comite/Liste-clubs	Yves Ehrmann - Président Mathilde Fischer - Agent de développement Tél. : 03 88 26 94 65 cdgym67developpement@mids67.fr https://cd67.ffgym.fr/	Gym loisir enfant : 140 € Gym loisir adultes : 150 € Annuels
--	---	--	---	---

MEINAU, NEUDORF, NEUHOF ET PORT DU RHIN

CERCLE SPORTIF LA MEINAU	Pilâtes (développement des muscles profonds, l'amélioration de la posture) vendredi 10h00 Cardio Boxing jeudi 18h45	Centre Socio-Culturel MEINAU	cerclesportif.meinau@gmail.com Tél. : 03 88 20 50 76 06 88 90 33 85 http://csmeinau.com/	Une séance par semaine : 110 € Deux séances par semaine : 155 €
SIEL BLEU	Gym santé Gym douce	Salle des 4 vents Illkirch Eckbolsheim Ste Agnès Neudorf Meinau	HAMI-EDDINE Riselène Tél. : 06 02 59 99 42 riselene.hamieddine@sielbleu.org https://www.sielbleu.org/	Séances à l'année 50€/trimestre
STRASBOURG NATATION	Nagez Forme Bien-Être (aquagym - aquamarche)  Nagez Forme Santé (natation)	Kibitzenau - 1 rue de la Kibitzenau - Neudorf /Neuhof	strasbourg.natation@gmail.com Tél. : 06 60 77 54 97 https://www.ffnatation.fr/annuaire/clubs/strasbourg-natation	1 activité 150 € Annuels 2 activités 275 € Annuels 10 séances 75 €
RACING CLUB	Tennis de table 	Salle Jean Nicolas Muller (36 rue du Languedoc)	FERRY Thomas Tél. : 06 51 90 25 61	90 € Annuels
BADMINTON CLUB NEUHOF	Badminton (Sport de raquettes)	Mardi 19h - 22h30 Vendredi 19h - 22h30 GYMNASSE SOLIGNAC 3 Rue Mariano, NEUHOF, STRASBOURG	Catherine DUBAS Tél. : 06 50 20 36 90 catherine.dubas@bbox.fr http://www.bcneuhof.free.fr/	120 € Annuels
ASCPA	Canoë-Kayak 	Samedi 10h00 - 12h00 Pratique douce : seniors / loisirs adultes ASCPA STRASBOURG 20 rue de la plaine des bouchers 67100 Strasbourg	Smail MOUHOUB 03 88 39 68 24 ascpa@wanadoo.fr https://ascpa.eu/	175 € Annuels

<p align="center">GYM CONCORDIA NEUDORF</p>	<p>Stretching (Etirements)</p>	<p>Salle Elmia Shiltigheim Mercredi 20h15 - 21h15</p>	<p align="center">Bureau 07 83 66 42 50 bureau@gym- concordia.com www.gym- concordia.com</p>	<p>Stretching 104 € Annuels</p>
	<p>Gym posturale (Gym douce)</p>	<p>Espace Gym du Moulin Shiltigheim lundi 20h - 21h</p>		<p>Gym Posturale 86 € Annuels</p>
	<p>Gym D-tent (Gym et relaxation)</p>	<p>Gymnase Leclerc Shiltigheim Mercredi 15h30 - 16h15</p>		<p>Gym D-tent 122,16 € Annuels</p>
	<p>Yoga Pilâtes Sénior (Ensemble d'exercices corporels et respiratoires)</p>	<p>Résidence le Maronnier- Schiltigheim Mardi 18h45 - 19h45 Mardi 20h - 21h Jeudi 19h - 20h</p>		<p>Yoga 122,16 € Annuels</p>
	<p>Pilâtes</p>	<p>Salle Elmia Shiltigheim Jeudi 19h30 - 20h30 Gymnase école Museau Strasbourg Lundi 19h - 20h</p>		<p>Pilâtes Sénior 85,26 € Annuels</p>
	<p>Marche Nordique (Pratique de marche avec des bâtons en pleine nature)</p>	<p>Parc de Pourtalès - Strasbourg Jeudi 9h15 - 10h15 Niveau débutant</p>		<p>Pilâtes 104,16 € Annuels</p> <p>Marche Nordique 92,01 € Annuels</p>

<p align="center">US EGALITAIRE</p>	<p>Marche Nordique (Pratique de marche avec des bâtons en pleine nature)</p>	<p>Le dimanche à 9h Départ au clubhouse de l'US EGALITAIRE, 14 rue d'Altkirch, Stade Langhaag, 67100 Strasbourg Durée du circuit : entre 1h30 et 2h</p>	<p align="center">Xavier WURCH Tél. : 06 13 98 18 22 xwurch@gmail.com</p> <p align="center">Xavier SCHMEMBER Tél. : 06 86 04 19 77 bad.usegalitaire@gmail.com</p> <p align="center">https://cdtt67-fsgt.fr/Union-Sportive-Egalitaire</p> <p align="center">Maurice CHRISTMANN Tél. : 06 22 23 01 47 maurice.christmann@numericable.fr</p>	<p align="center">95€ Annuels</p>
	<p>Badminton (Sport de raquettes)</p>	<p>Vendredi de 18h00 à 20h00: Gymnase St Jean, 4 Rue de Bouxwiller, 67000 Strasbourg Dimanche de 18h00 à 21h00 : Gymnase St Florent, 57 Rte Marcel Proust, 67200 Strasbourg</p>		
	<p>Tennis de table</p>	<p>Jeudi : Loisirs - 18h15 à 20h00 Salle sportive - STADE LANGHAAG - 14 rue d'Altkirch - Strasbourg Neudorf</p>		

<p>FCO PORT DU RHIN</p>	<p>PETANQUE (Jeu de boules dérivé du jeu provençal)</p>	<p>PARC PORT DU RHIN 4 RUE DES CAVALIERS, PORT DU RHIN, STRASBOURG Samedi ou Dimanche à partir de 14h30</p>	<p>Nicole BITTMANN Tél. : 09 80 83 16 80 nicolenicolenicole1667@outlook.fr</p>	<p>45€ Annuels</p>
--	--	---	--	------------------------

<p>CAP MEINAU CANARDIÈRE</p>	<p>Gymnastique d'entretien (Echauffement renforcement musculaire et étirements)</p>	<p>ECOLE SCHLUTHFELD Vendredi 19h - 20h30 62 rue de Saint Dié, NEUDORF - MUSAU, STRASBOURG Gymnase Ecole ZIEGELAU jeudi 18h30 - 20h 1 RUE ZIEGELAU (entrée rue de Grossau), NEUDORF - MUSAU, STRASBOURG</p>	<p>Françoise GURI Tél. : 06 34 96 25 75 francoiseguri.capmc@gmail.com</p>	<p>110€ Annuels</p>
	<p>Gymnastique douce</p>	<p>Dojo J-N MULLER jeudi 14h30 - 16h36 RUE DU LANGUEDOC, MEINAU, STRASBOURG</p>		<p>110€ Annuels</p>
	<p>Marche nordique (Pratique de marche avec des bâtons en pleine nature)</p>	<p>Le Lundi et le mardi 14h15 - 16h. Téléphoner à Chantal pour connaître le lieu de RDV. au 06 43 35 79 75</p>		<p>75€ Annuels</p>

 <p>NICOLAS BAECHER</p>	<p>Remise en forme (Séances adaptées à la reprise d'une activité physique et sportive)</p> <p>Sport Santé (Activité physique adaptée permettant une prise en charge globale)</p> <p>Mobilité & Stretching (Souplesse / Equilibre / Mobilité / Force)</p> <p>Réathlétisation (Mix entre la rééducation et la préparation physique)</p>	<p>Rendez-vous avec le Coach sportif pour le jour et la pratique de l'activité</p>	<p>18, rue de Rimbach 67100 Strasbourg, France Tél : 07 50 83 64 75 baecher.nicolas@gmail.com https://www.coachingdenico.fr/</p>	<p>40€ Séance individuelle 10€ Séance Collective</p>
---	---	--	---	--

ROBERTSAU, ORANGERIE ET CITE DE L'ILL

<p>CSC L'ESCALE</p>	<p>Gym douce/Qi gong/Pilates/Yoga Gym d'entretien/Gym tonique Danses diverses Stretching</p> <p>(Echauffement, renforcement musculaire et étirements)</p>	<p>Lieu selon activités (prendre contact avec l'association)</p>	<p>Tél. : 03 88 31 45 00 escale@csc-robertsau.com https://escale.centres-sociaux.fr/</p>	<p>Gym Douce : 206 € Annuels Gym Entretien : 197 € Annuels Danses diverses : 206€ Annuels Stretching : 197 € Annuels</p>
----------------------------	--	--	---	---

<p>INDOOR SANTE</p>	<p>Remise à l'effort Programmes d'Entraînement Personnalisés Aviron indoor (rameur) Renforcement musculaire Pratiques douces (Pilâtes, yoga, stretching)</p>	<p>Institut de formation des masseurs-kinésithérapeutes (IFMK) – 6 Rue Saint-Marc, 67000 Strasbourg (Centre) Nanou Beauté – 74 Rue des Jardiniers, 67000 Strasbourg (Robertsau) Aviron Strasbourg 1881 – 22 Rue du Général Urich, 67000 Strasbourg (Orangerie) Lycée Couffignal – 11 Route de la Fédération, 67100 Strasbourg (Meinau)</p>	<p>info@indoor-sante.fr Tél. : 06 45 96 99 98 Quentin TERRISSE, Djamilia MERZOUC http://indoor-sante.fr/</p>	<p>Programme entièrement personnalisé : 165 € par an</p>
----------------------------	---	---	---	--

<p>VIT'ACTIV</p>	<p>Maintien de la forme pour séniors (50ans et plus) : renforcement musculaire doux/gymnastique douce Marche nordique Renforcement musculaire, circuit training, tchoukball, endurance et pétanque Programme de séances individuelles et personnalisées</p>	<p>Baldenheim, Kogenheim, Uberach, Schweighouse, Semersheim, Still, Mittelhausen, Mutzenhouse Selestat, Baldenheim Gymnase Jacqueline (renforcement musculaire); Gymnase Guynemer (renforcement musculaire); Gymnase Pasteur (tchoukball) Parc de l'Orangerie (circuit training et endurance); Parc de la citadelle (pétanque) A domicile ou dans un lieu au choix</p>	<p>Tél. : 07 68 61 28 05 contact@vit'activ.org ou Tél. : 06 64 82 80 36 offerleq@gmail.com https://vitactivassociation.wordpress.com/vitactiv/</p>	<p>Tarif semestriel 50€ 150€ Annuels</p>
-------------------------	--	--	--	---

<p>MCM ORANGERIE</p>	<p>Sport santé (Gymnastique)</p>	<p>CENTRE SPORTIF DU BON PASTEUR 6A BD JS BACH, ORANGERIE - CONSEIL DES XV, STRASBOURG Mardi 18h - 19h30 et Jeu de 19h-20h</p>	<p>Marie GACHOTTE Tél. : 06 50 82 82 52 mcm.orangerie@gmail.com</p>	<p>2 séances par semaine 180€ Annuels</p>
-----------------------------	---	--	---	--

<p>ASL Robertsau</p>	<p>Badminton (Sport de raquettes)</p>	<p>Centre sportif de la Robertsau, 212 route de la Wantzenau - Strasbourg Centre sportif des Droits de l'Homme 9 rue Peter Schwarber - Strasbourg Gymnase de la Niederau rue Redslob - Strasbourg Mercredi 20h00 à 22h00</p>	<p>Alexandre NEU Alexneu.bad@hotmail.com Tél. : 06 84 47 08 39</p>	<p>Badminton 230 € Annuels</p>
	<p>Aquagym (Gym dans l'eau)</p>	<p>Piscine de la Robertsau - route de la Wantzenau à Strasbourg mercredi de 20h15 à 21h00</p>	<p>Yvette PALATINO Tél. : 03 88 31 65 25</p>	<p>Aquagym 191 € Annuels</p>
	<p>Body fitness Fitness Cardio CAF Gym posturale Pilâtes Stretching (Mise en forme)</p>	<p>Mardi de 08h30 à 09h30 : body fitness mardi de 19h15 à 20h15 fitness jeudi de 19h15 à 20h15 : Cardio CAF vendredi de 08h30 à 09h30 : gym posturale vendredi de 19h15 à 20h15: Pilâtes/Stretching</p>	<p>Marie-Josée PAILHES Tél. : 03 88 31 65 25 mj.pailhes@hotmail.fr</p>	<p>Body fitness Fitness Cardio CAF Gym posturale Pilâtes Stretching 256 € Annuels</p>
	<p>Gym Cœur et santé (Gym adaptée)</p>	<p>Centre Sportif de la Robertsau : lundi de 9h00 à 11h00 : entretien musculaire libre en salle de musculation lundi de 18h00 à 19h00 gymnastique adaptée en salle de gym vendredi de 9h00 à 11h00 : entretien musculaire libre en salle de musculation</p>	<p>Alfred RITTER Tél. : 03 88 76 50 27 ritter.alfred@wanadoo.fr</p>	<p>Gym Cœur et santé 230 € Annuels 3 séances hebdomadaires</p>
	<p>Gym sénior (Gym douce)</p>	<p>Centre Sportif de la Robertsau mardi de 09h30 à 10h30 vendredi de 08h30 à 09h30</p>	<p>Marie-Josée PAILHES Tél. : 03 88 31 65 25 mj.pailhes@hotmail.fr https://aslrobertsau.fr/</p>	<p>Gym sénior 231 € Annuels 2 Séances hebdomadaires</p>

UT AURORA ROBERTSAU	Pétanque (Jeu de boules dérivé du jeu provençal)	STADE CITE DE L'ILL-PAUL NICOLAS 79 Avenue Racine, ROBERTSAU, STRASBOURG	Éric HEGENHAUSER Tél. 06 88 07 74 19 rachel.hegenhauser@laposte.net	45 € Annuels
--------------------------------	--	---	---	-----------------

CONCORDE ROBERTSAU	Pilâtes (Développement des muscles profonds, amélioration de la posture) Gym douce et Gym senior	<p>Salle de La Concorde Mercredi 19h15 à 20h15</p> <p>Gym Douce Salle de La Concorde Mardi 9h à 10h Vendredi 9h à 10h</p> <p>Lundi 9h30 - 11h00 Mundolsheim - rue du Fort Ducros Ballade nordique 18h45 - 20h15 Parking Pourtalès Balade loisir et sportive (2 groupes) Mercredi 10h45 - 12h15 La Meinau Ateliers tous niveaux 18h45 - 20h15 Parking de la Citadelle Balade rapide et loisir Jeudi 10h00 - 11h30 Drusenheim Balade nordique 18h45 - 20h15 La Concorde Marche rapide Vendredi 09h15 - 10h45 Oberhausbergen, rue de la Colline Marche loisir et ateliers Dimanche 10h00 - 11h30 La Concorde Balade nordique</p>	<p>Jean-Pierre BOOS Tél. : 06 14 22 29 79 jean67pierre@gmail.com https://www.concorderobertsau.com/</p>	<p>160 € Annuels</p> <p>160 € Annuels</p> <p>135 € Annuels</p>
	 Marche Nordique (Pratique de marche avec des bâtons en pleine nature)			

ROBERTSAU CONTADES PETANQUE	Pétanque (Jeu de boules dérivé du jeu provençal)	32 rue Pierre de Coubertin 67000 STRASBOURG 14h à 20h tous les jours	Joseph FEDELE Tél. : 06 65 15 31 74 https://www.roberstau-petanque.fr/	64 € Annuels
--	--	--	---	-----------------

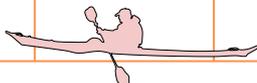
TAIJI K	Qi Gong (Gymnastique traditionnelle chinoise)	Centre sportif du Bon Pasteur 6A Boulevard Jean Sébastien Bach, Orangerie - Conseil des XV, Strasbourg Samedi 9h -10h30	Guy KOENIG Tél. : 03 88 24 08 52 contact@taiji-k.com https://www.taiji-k.com/	180 € Annuels
----------------	---	---	---	------------------

SPORTUNION XV	Sport sénior	Lundi 8h45 à 10h (Quartier Orangerie) 6 boulevard Jean-Sébastien Bach 67 000 Strasbourg	Sophie VONPIERRE Tél. : 06 77 74 28 83 sportunionxv.contact@gmail.com https://www.sportunionxv.com/	168 € Tarif Trimestriel
	Sport santé	Jeudi 12h30 à 13h30 Samedi 14h à 15h30 (Quartier Orangerie) 6 boulevard Jean-Sébastien Bach 67 000 Strasbourg		208 € Tarif Annuels



ELSAU ET MONTAGNE VERTE

AVIRON STRASBOURG	AviFit (fitness sur rameur en salle)	Mercredi 18h30 à 19h30 Mercredi 19h00 à 20h00 Vendredi 18h30 à 19h30 Aviron Strasbourg 22 Rue du Général Urich 67000 Strasbourg	Pierre : 06 09 38 14 91 avironstrasbourg1881@gmail.com http://www.avironstrasbourg.fr/	1ère séance découverte : GRATUITE 200 € Annuels
	Aviron (Sport nautique, sport de glisse et de plein air qui allie force et finesse)	Aviron Strasbourg 22 Rue du Général Urich 67000 Strasbourg Samedi et dimanche 9h-12h Mardi et jeudi 18h - 20h		50 € Deux séances



STRASBOURG LIBELLULES BC	BASKET Santé 	HALL GUTENBERG RUE ALBERT SAYET, MONTAGNE VERTE, STRASBOURG Tous les Mardis de 10h - 11h	Président : Claude WEBER claude.weber@libellules-strasbourg.fr Tél. : 06 88 80 10 85 https://www.libellules-basket.fr/	60 € Annuels
---------------------------------	--	---	---	-----------------

USO LIBERTE STRASBOURG	Etirements dansés	Mercredi - 20h15, 75 Rte de Schirmeck, 67200 Strasbourg	Tél. : 06 68 02 85 01 contact@lamaisondumouvement.fr https://www.helloasso.com/associations/uso-liberte-strasbourg	Etirements dansés Abonnement annuel 200€ Abonnement trimestriel 80€ Cours à l'unité 10€
	Yoga (Ensemble d'exercices corporels et respiratoire)	lundi : 09h15 - Vendredi : 09h15, 75 Rte de Schirmeck, 67200 Strasbourg		Yoga et Yoga intégral Abonnement annuel 360€ Carte de 10 cours 130€ Cours à l'unité 15€
	Yoga intégral	Mercredi : 19h00 à 20h15, 75 Rte de Schirmeck, 67200 Strasbourg		Méditation et relaxation Prix libre et conscient 5€ à 20€
	Méditation et relaxation	lundi - 18:00, 75 Rte de Schirmeck, 67200 Strasbourg		

SOGS AVENIR	Gymnastique douce ou d'entretien uniquement féminine	Tous les Mercredi de 18h30 à 20h00 au Club-house de l'Avenir - 81, Route de Schirmeck	Viviane ELLES Tél. : 06 76 33 20 90 Gilbert ELLES Tél. : 06 38 38 33 21 ou 03 88 78 77 75 courriel : gilbert.elles@me.com http://www.sogs-avenir-strasbourg.fr/	75€ Annuels
	Marche Nordique (Pratique de marche avec des bâtons en pleine nature)	Dimanche Matin 9h30 - 11h30 Club-house de l'Avenir - 81, Route de Schirmeck		

ESPLANADE

CLUB BIEN ÊTRE	Taï chi chuan Qi Gong (Gymnastique traditionnelle chinoise)	Centre sportif de l'Esplanade Centre sportif de l'Esplanade	Tél. : 06 52 07 38 93 https://sportgrandest.eu/fr/club-de-bien-etre-de-strasbourg_-c.html	Tarifs annuels: 150€ Tarif Maison sport santé peut arriver à 120 € 
-----------------------	---	--	--	---

SAINT JOSEPH STRASBOURG	Tennis de table Yoga (Ensemble d'exercices corporels et respiratoires)	Complexe de l'Esplanade (Rue Louvois 67000 Strasbourg) Salle Saint Joseph (53 rue St Urbain)	Jean Louis BRONNER Tél. : 03 88 24 18 14 François SCHNEIDER Tél. : 03 88 30 30 07	90 € Annuels
--------------------------------	--	--	--	--------------

HORS STRASBOURG

<p>ÉQUILIGNE</p>	<p>Gym face au cancer Gymnastique douce adaptée Gymnastique douce adaptée Pilâtes adapté</p> 	<p>Gymnase de l'Avenir - rue de l'Avenir à Lingolsheim - lundi et jeudi de 14h15 à 15h15 Place du Château BRUMATH - mercredi de 10h à 11h Route d'Olwisheim ECKWERSHEIM - jeudi de 11h30 à 12h30 Hall Jean Nicolas Muller - rue du Languedoc, Strasbourg - vendredi de 12h30 à 13h30</p>	<p>Christine Roser Tél. : 06 70 94 27 06 christine.rosier2@gmail.co m</p>	<p>Une saison complète 150 €</p> <p>Tarif Maison Sport Santé : 100 €</p> 
-------------------------	---	--	--	---

<p>RANDONNEURS PEDESTRES</p>	<p>Randonnées pédestres</p>	<p>NATURE HORS STRASBOURG 19 rue des Couples 67000 STRASBOURG</p>	<p>Francine SIMON Tél. : 03 88 83 02 93 simonfrancine34@gmail.co m</p>	<p>Prix de participation à la marche 3 €</p>
--	---	---	---	---

<p>CLUB VOSGIEN DE STRASBOURG</p>	<p>Marche d'orientation (La marche d'orientation consiste à suivre un parcours tracé sur une carte de randonnée et à repérer les points de contrôle répartis sur le parcours)</p> <p>Randonnées pédestres</p>	<p>Club Vosgien de Strasbourg 71 avenue des Vosges 67000 Strasbourg. Les jours et les horaires ne sont pas fixes, à voir avec le Club.</p>	<p>Françoise MANGENOT Tél. : 03 88 22 33 59 03 88 35 30 76 cvstras@orange.fr https://club-vosgien- strasbourg.net/</p>	<p>28 € Annuels</p>
--	---	---	---	---------------------

NOTES / MEMO :



MAISON

SPORT SANTÉ

STRASBOURG