

CETTE ANNÉE

PRENEZ DE L'ÉLAN !



ELAN SPORTIF
et ELFES
de **LIMOGES**

1 LIEU UNIQUE

POUR

**TOUTE LA
FAMILLE**

1000 M²

POUR PRATIQUER
VOS ACTIVITÉS
PHYSIQUES

Saison
2024/2025

ENFANTS & ADOS

Reprise des activités à partir du 4 septembre

GYMNASTIQUE

FILLES

nées en 2017 - 2018
POUSSINES 1

MERCREDI 15H - 17H
SAMEDI 14H - 16H

nées en 2015 - 2016
POUSSINES 2

MERCREDI 13H30 - 15H30
SAMEDI 11H - 13H

nées en 2013 - 2014
JEUNESSES 1

MERCREDI 18H30 - 20H30
VENREDI 18H - 20H

nées en 2011 - 2012
JEUNESSES 2

LUNDI 18H30 - 20H30
JEUDI

nées en 2010 et avant
AINÉES COMPÉTITION

MARDI 18H30 - 20H30
VENREDI 19H30 - 21H30

GARÇONS

nés de 2016 à 2018
POUSSINS

MERCREDI 13H30 - 15H30
SAMEDI 14H - 16H

nés de 2010 à 2015
PUPILLES

MERCREDI 18H30 - 20H30
SAMEDI 11H - 13H

nés en 2009 et avant
ADULTES

JEUDI 18H30 - 20H30
SAMEDI 15H30 - 18H30

nées en 2010 et avant
**AINÉES LOISIRS
SANS COMPÉTITION**

MARDI 18H30 - 20H30

EVEIL SPORTIF

2 / 3 ans (nés en 2021 et 2022)

MARDI 17H30 - 18H30
SAMEDI 9H30 - 10H30

4 / 5 ans (nés en 2019 et 2020)

MARDI 17H30 - 18H30
SAMEDI 10H - 11H

MULTI-SPORTS

au gymnase Descartes

de 6 à 9 ans

VENREDI 17H30 - 19H

DANSE

4 - 6ans

MARDI 17H45 - 18H45

7 - 10 ans

JEUDI 18H - 19H

11 ans et +

JEUDI 19H15 - 20H15

TRAMPOLINE FREESTYLE

6 - 9ans

MERCREDI 10H30 - 12H

10 - 13ans
et 14 - 17ans

MERCREDI 17H - 18H30

CAPOEIRA

8 - 12 ans

SAMEDI 14H - 15H

12 ans et +

LUNDI 19H30 - 21H30

CENTRE DE LOISIRS

pendant les vacances



**C'EST
NOUVEAU**

ADULTES

Reprise des activités à partir du 2 septembre

GYM FORM'

FITNESS

LUNDI

19H - 20H

MERCREDI

19H - 20H

GYM POSTURALE

MARDI

19H - 20H

GYM FORM' SÉNIORS

JEUDI

10H-11H30

GYM POSTURALE SÉNIORS

LUNDI

9H30 - 10H30

GYM FORM' SANTÉ

MARDI

10H - 11H

CAPOEIRA

LUNDI

19H30-21H30

C'EST
NOUVEAU

MARCHE NORDIQUE

MARDI

14H30 - 16H

SANTÉ

VENDREDI

14H30 - 16H

YOGA

LUNDI

18H15 - 19H15

MARDI

9H45 - 10H45

MARDI

11H - 12H

VENDREDI

9H45 - 10H45

TAI CHI

Reprise à partir du 9 septembre

Débutants MERCREDI

18H - 19H

Intermédiaires MERCREDI

19H - 20H

Pratique libre MERCREDI

20H - 21H





ELAN SPORTIF
et ELFES de **LIMOGES**

VENEZ NOUS RENCONTRER

121 RUE DES TUILIÈRES - LIMOGES



☎ 05 55 37 96 96

✉ contact@elansportif87.fr

🌐 elansportif87.fr