



# Calendrier sportif SEPTEMBRE 2019

Pour participer à nos activités sportives:

- certificat médical de non contre indication obligatoire
- adhésion dans un GEM ou association partenaire obligatoire
- 5€ d'adhésion à notre association obligatoire

**POUR NOUS JOINDRE : 06.50.24.46.92**

| Jours       | Activité                               | Horaires                                  | Lieu   |
|-------------|--|---|--|
| Dimanche 01 |  |   | Pas d'activité   |
| Lundi 02    |  |   | Pas d'activité   |
| Mardi 03    | Gymnastique douce                      | 15h-16h                                   | ASPTT<br>47 rue Soupetard<br>Métro: Roseraie Bus: arrêt Soupetard  |
| Mercredi 04 |  |   | Pas d'activité   |
| Jeudi 05    | Marche santé<br><b>SUR INSCRIPTION</b> | 10h-14h<br>RDV 10h au métro<br>Ramonville | Montbrun-Bocage (31)<br>« Circuit de Notre Dame de Montaut »<br>Distance : 5 km<br>Difficulté : facile<br><b>Prendre bouteille d'eau et casse-croute</b> |
| Vendredi 06 | Badminton                              | 16h-18h                                   | Gymnase Arnauné<br>107 avenue Frédéric Estèbe<br>Métro Barrière de Paris   |
| Samedi 07   |  |   | Pas d'activité   |
| Dimanche 08 |  |   | Pas d'activité   |

| Jours       | Activité                               | Horaires                                  | Lieu   |
|-------------|--|---|--|
| Lundi 09    |  |   | Pas d'activité   |
| Mardi 10    | Gymnastique douce                      | 15h-16h                                   | ASPTT<br>47 rue Soupetard<br>Métro: Roseraie Bus: arrêt Soupetard  |
| Mercredi 11 |  |   | Pas d'activité   |
| Jeudi 12    | Tennis de table                        | 15h-17h                                   | ASPTT<br>47 rue Soupetard<br>Métro: Roseraie Bus: arrêt Soupetard  |
| Vendredi 13 | Badminton                              | 16h-18h                                   | Gymnase Arnauné<br>107 avenue Frédéric Estèbe<br>Métro Barrière de Paris   |
| Samedi 14   | Marche santé<br><b>SUR INSCRIPTION</b> | 11h-18h<br>RDV 11h au métro<br>Ramonville | Sentier ornithologique – MAZERES (09)<br>« Domaine des oiseaux »<br>Distance : 5- 7 km<br>Difficulté : facile<br><b>Prendre casse-croute, eau, casquette</b> |
| Dimanche 15 |  |   |  |



| Jours       | Activité                               | Horaires   | Lieu   |
|-------------|--|--|--|
| Lundi 16    | Pas d'activité                         |  |  |
| Mardi 17    | Gymnastique douce                      | 15h-16h  | ASPTT<br>47 rue Soupetard<br>Métro: Roseraie Bus: arrêt Soupetard  |
| Mercredi 18 | Pas d'activité                         |  |  |
| Jeudi 19    | Tennis de table                        | 15h-17h  | ASPTT<br>47 rue Soupetard<br>Métro: Roseraie Bus: arrêt Soupetard  |
| Vendredi 20 | Badminton                              | 16h-18h  | Gymnase Arnauné<br>107 avenue Frédéric Estèbe<br>Métro Barrière de Paris   |
| Samedi 21   | Marche santé<br><b>SUR INSCRIPTION</b> | 11h-18h<br><b>RDV 11h</b> au métro<br>Ramonville | BONNAC (09)<br>« Bord d'Ariège et coteaux »<br>Distance : 6 km<br>Difficulté : facile-moyen<br><b>Prendre casse-croute, eau, casquette</b> |
| Dimanche 22 | Pas d'activités                        |  |  |

| Jours       | Activité                               | Horaires   | Lieu  |
|-------------|--|--|---|
| Lundi 23    | Pas d'activité                         |  |   |
| Mardi 24    | Gymnastique douce                      | 15h-16h  | ASPTT<br>47 rue Soupetard<br>Métro: Roseraie Bus: arrêt Soupetard   |
| Mercredi 25 | Pas d'activité                         |  |   |
| Jeudi 26    | Tennis de table                        | 15h-17h  | ASPTT<br>47 rue Soupetard<br>Métro: Roseraie Bus: arrêt Soupetard   |
| Vendredi 27 | Badminton                              | 16h-18h  | Gymnase Arnauné<br>107 avenue Frédéric Estèbe<br>Métro Barrière de Paris  |
| Samedi 28   | Marche santé<br><b>SUR INSCRIPTION</b> | 13h30-18h<br><b>RDV 13h30</b> au métro<br>Ramonville | Auréville (31)<br>« Balade le long du ruisseau des Mérigues »<br>Distance : 6 km<br>Difficulté : facile<br><b>Prendre bouteille d'eau</b> |
| Dimanche 29 | Pas d'activités                        |  |   |
| Lundi 30    | Pas d'activités                        |  |   |