RETRAITE SPORTIVE
Club de l'Amitié
St Gilles Croix de Vie

# SAISON 2026-2027

https://retraitesportivestgilles.fr/
Mail : contact@retraitesportivestgilles.fr

| Activite | Jour | Heure | Lieu |
|---|---|---|---|
| ACTIVITÉ DANSÉE | MARDI | 10h15 à 12h15 | SALLE DU MARAIS, SGXV |
| ACTIV MÉMOIRE | MARDI | 3 séances de 45 minutes<br>09h20 à 10h05<br>10h15 à 11h00<br>11h10 à 11h55 | SALLE CHANTECLAIR |
| ANGLAIS pour les français voulant se perfectionner en Anglais | LUNDI | 9h00 à 10h30 Anglais entretien | SALLE DROITS DE L'ENFANT (petite gare) |
| | LUNDI | 10h30 à 12h00 conversation (en alternance avec la Dictée) | |
| | VENDREDI | 9h00 à 10h30 Anglais entretien | |
| FRANCAIS pour les anglophones | VENDREDI | 10h30 à 12h00 | SALLE TROPIQUE 3 (petite gare) |
| BADMINTON | LUNDI | 17h00 à 18h45 | SALLE DE LA SOUDINIERE |
| | MARDI | 16h30 à 18h00 | |
| BOWLING * | MARDI | 14h00 à 16h00 - 1er et 3ème mardi du mois | 201 FOREST AVENUE SION |
| COUTURE | LUNDI | 9h30 à 11h30 | CENTRE SOCIO CULTUREL SALLE SOLEIL |
| | VENDREDI | 9h30 à 11h30 | |
| DICTEE** | LUNDI | 10h30 à 12h00 | SALLE DROITS DE L ENFANT (petite gare) |
| GYM DOUCE* | LUNDI | 10h00 à 11h00 sur tapis<br>11h00 à 12h00 sur chaise | SALLE CHANTECLAIR |
| | VENDREDI | 10h00 à 11h00 sur chaise | |
| GYM ENTRETIEN* | LUNDI | 17h45 à 18h45 | GYMNASE COLLEGE PRIVE |
| | MARDI | 17h00 à 18h00 | SALLE DE LA VIE |
| | VENDREDI | 9h00 à 10h00 | SALLE CHANTECLAIR |
| GYM TONIQUE* | LUNDI | 16h00 à 17h00 | GYMNASE DES ALCYONS STADE DES BARRIERES LE FENOUILLER |
| | VENDREDI | 11h00 à 12h00 | SALLE CHANTECLAIR |
| INFORMATIQUE** | LUNDI | 9h15 à 10h30 - Avancee | SALLE TROPIQUE 3 (petite gare) |
| | | 10h40 à 11h55 - Niveau 1 | |
| JEUX DE SOCIETE | MARDI | 14h00 à 17h00 | SALLE DROITS DE L ENFANT (petite gare) |
| MARCHE AQUATIQUE | VENDREDI | 9h30 à 11h00 | RV SURFING CLUB ST GILLES |
| MARCHE DOUCE (5-6 KMs) | JEUDI | 13h45 - **5 à 6 kms** | SALLE DE LA VIE - DEPART 13h45 |
| MARCHE (8 KMs) | JEUDI | 13h45 - **8 kms** | SALLE DE LA VIE - DEPART 13h45 |
| MARCHE NORDIQUE | MERCREDI | 14h00 à 17h00 | RENDEZ-VOUS SALLE DE LA VIE 13h45 |
| MARCHE PIEDS DANS L EAU | VENDREDI | 10h00 | DEVANT LES CABINES BLEUES (EN SAISON) |
| MARCHE RANDO (11 KMs) | JEUDI | 13h45 - **11 kms** | SALLE DE LA VIE - DEPART 13h45 |
| | | | |

| Activite | Jour | Heure | Lieu |
|---|---|---|---|
| PETANQUE | LUNDI | 14h00 à 17h00 | BOULODROME ST GILLES CROIX DE VIE |
| | VENDREDI | 14h00 à 18h00 | |
| PHOTO** | LUNDI | 9h15 à 10h30 | SALLE TROPIQUE 3 (petite gare) |
| PICKLEBALL | JEUDI | 17h00 à 19h00 | SALLE DE LA SOUDINIERE |
| PILATES* | MARDI | 10h15 à 11h15 et<br>11h30 à 12h30 | SALLE DE LA CHAUSSEE |
| | MERCREDI | 14h00 à 15h00 et<br>15h00 à 16h00 | |
| | VENDREDI | 9h15 à 10h15 et<br>10h15 à 11h15 | |
| SWIN GOLF | LUNDI | 9h00 à 12h00 | Forêt de Sion Chemin des Garennes Kiosque en face de la Maison des associations |
| | VENDREDI | 9h00 à 12h00 | |
| TAI CHI QI GONG - Cours* | MARDI | 9h30 à 10h30 - débutant | CENTRE SOCIO CULTUREL SALLE TROPIQUE 1/2 |
| | | 10h30 à 11h30 - QI QONG | CENTRE SOCIO CULTUREL SALLE TROPIQUE 1/2 |
| | | 11h30 à 12h30 - confirmés | |
| | | 16h30 à 18h00 - expert et éventail | |
| TAI CHI QI GONG - Entraînement | JEUDI | 10h30-12h00 experts<br>= le ciel | CENTRE SOCIO CULTUREL SALLE DROITS DE L ENFANT |
| | | 14h00 à 16h00 débutant et confirmé<br>= la terre et l'homme | |
| TENNIS* | LUNDI | 9h00 à 10h00 et 10h30 à 12h00 | TC RIEZ OCEAN St Hilaire de Riez |
| | JEUDI | 9h00 à 10h00 et 10h30 à 12h00 | |
| TENNIS DE TABLE | MARDI | 16h30 à 18h30 | SALLE DE LA CHAPELLE |
| | MERCREDI | 18h00 à 19h30 | |
| TENNIS REBOND | VENDREDI | 16h00 à 18h00 | SALLE DE LA VIE |
| TIR A L ARC | LUNDI | 17h00 à 18h30 | SALLE DE LA CHAPELLE |
| | VENDREDI | 16h30 à 18h30 | |
| VELO VAE | MERCREDI | 13h45 | RENDEZ-VOUS SALLE DE LA VIE |
| VELO VTC | MERCREDI | 13h45 | RENDEZ-VOUS SALLE DE LA VIE |
| YOGA* | MARDI | 17h45 à 18h45 | SALLE DU COLLEGE RUE DE LA CORNUE |
| | JEUDI | 9h30 à 10h30 | CENTRE SOCIO CULTUREL SALLE TROPIQUE 1/2 |
| | JEUDI | 11h00 à 12h00 | CENTRE SOCIO CULTUREL SALLE TROPIQUE 1/2 |
| | VENDREDI | 16h15 à 17h15 | SALLE POLYVALENTE DU COMPLEX OMNISPORT DES BARRIERS |
| | SAMEDI | 14h00 à 15h00 | SALLE DU LYCEE |

*Activité Loisirs*

*** Activités avec suppléments**
**** Activités en alternance (une semaine sur deux)**

MAJ: 23/11/2026