



CAP 26-07
DRÔME — ARDÈCHE

PLANNING

ACTIVITÉS PHYSIQUES ADAPTÉES & CANCER

SAISON

2026
— **2027**

Bouger ensemble,
à votre rythme.

Planning hebdomadaire

LUNDI



14H30 — 15H30

MUSCULATION & CARDIO

Salle équipée • appareils

Patrice • 06 44 89 44 22

MARDI



9H30 — 10H45

MARCHE

En extérieur

Gilles • 06 70 89 09 21



16H30 — 17H30

MEDIETE

École SABAROT

Amandine • 07 82 76 59 38

JEUDI



11H00 — 12H00

AQUAGYM

Piscine Aloha • Montélimar

Emmanuel • 06 81 55 94 55



14H00 — 15H00

SHIATSU / KARATÉ

École SABAROT

Gilles • 06 70 89 09 21

VENDREDI



Pas d'activités

CONTACTER L'ASSOCIATION

CAP 26-07

1 avenue Saint-Martin • 26200 Montélimar

04 75 01 18 38

nicole.astier26@free.fr