

Sports Seniors

Programme 2022 – période 2



Retrouvez le programme des activités sur :

[Molsheim.fr](https://molsheim.fr)



Renseignements et inscriptions :

Service des Sports et Animation Jeunes

Mairie de Molsheim

03 88 49 58 23

sportsseniors@molsheim.fr

Marche active



Venez découvrir Molsheim et ses environs !
Profitez de la nature et du grand air lors de nos matinées de marche active.



Calendrier des sorties :

Jeudi 8 Septembre
Vendredi 21 Octobre
Jeudi 3 Novembre
Mardi 6 Décembre



Parking Gymnase Hossenlopp
Rue des sports à Molsheim



9h30 – 11h30



Tarif : 2€ / activité



03.88.49.58.23



sportsseniors@molsheim.fr

Randonnée pédestre



Venez découvrir nos sentiers locaux et sommets vosgiens lors de nos randonnées pédestres,
« Un bol d'air garanti ».



Calendrier des sorties ½ journée :

Mardi 11 Octobre



Calendrier des sorties journée :

Jeudi 10 Novembre

Lundi 12 Décembre (randonnée raquettes)



Parking Gymnase Hossenlopp
Rue des sports à Molsheim



Sortie demi-journée

9h-14h



5€ / sortie



Sortie journée

9h-18h



8€ / sortie



03.88.49.58.23



sportsseniors@molsheim.fr



Trajet en mini bus

Prévoir 2^e paire de chaussures pour la randonnée

Possibilité d'apporter ses propres raquettes



Sortie Bien-être



Profitez d'un moment de détente et de calme dans un centre Balnéo.

Bassins sensoriels, spa, sauna, hammam, « le rêve » !



Calendrier des sorties :

Jeudi 27 Octobre
Jeudi 24 Novembre



Trajet en mini bus
Frais d'entrée inclus



Parking Gymnase Hossenlopp
Rue des sports à Molsheim



13h-18h



20€ / sortie



03.88.49.58.23



sportsseniors@molsheim.fr



Fitness



Bougez et dépensez – vous en musique avec des exercices complets et adaptés à tous.

« let's goooo ! »



Calendrier des sorties :

Jeudi 15 Septembre
Jeudi 6 Octobre
Jeudi 17 Novembre
Mercredi 30 Novembre (9h30 – 11h30)



Gymnase Hossenlopp
Rue des sports à Molsheim



14h30 – 16h30



2€ / activité



03.88.49.58.23



sportsseniors@molsheim.fr



Prévoir une bouteille d'eau, des chaussures propres et une serviette.



Thé Dansant

Un moment musical à partager ensemble
autour d'un café, d'un thé, pour aborder l'hiver
« du bon côté ».



Calendrier des sorties :

Mercredi 16 Novembre



Hôtel de la Monnaie
6 rue de la Monnaie à
Molsheim



14h-19h



2 € pour les adhérents
10 € pour les non adhérents



03.88.49.58.23



sportsseniors@molsheim.fr



Tarot / belote

Un moment convivial autour d'une partie de
tarot ou de belote, et d'un goûter.
« Bonne humeur garantie »

Calendrier des sorties :

Lundi 19 Septembre

Jeudi 20 Octobre

Vendredi 25 Novembre



Local Jeunes
17 place de l'Hôtel de Ville
Molsheim



14h-17h



2€ / activité



03.88.49.58.23



sportsseniors@molsheim.fr