



Club Cœur et Santé d'Antibes Juan les Pins

Maison des Associations- Boîte N°50 - 288 Chemin de St Claude - 06600 ANTIBES

07 61 01 09 00 Permanence mardi de 9 h 30 à 11h30 antibescoeursante@gmail.

<https://www.coeursanteantibes.fr>

DETAIL DES ACTIVITÉS 2025/2026 (à conserver)

ACTIVITÉS	JOUR	HORAIRE	LIEU	PRIX AU TRIMESTRE	COACHES
<u>AQUAGYM</u>	lundi	16h à 16h45	Piscine municipale du 15/09/25 au 19/10/25	COMPLET	
		15h à 15h45	Piscine municipale à partir du 20/10/25		
	jeudi	15h à 15h45	Plage à hauteur de parking Dulys 2	40 €	FABIEN
			Piscine municipale à partir du 20/10/25		
	samedi	12h30 à 13h15	Piscine municipale	40 €	SANDRA
<u>ÉQUILIBRE- TONICITÉ</u>	vendredi	15h30 à 16h30	Salle Dojo La Fontonne	40 €	MELISSA
<u>GYM EN EXTERIEUR</u>	jeudi	10h45 à 11h45	Parc de Vaugrenier-Rte de Nice 2e entrée en venant d'Antibes au grand parking en bas des jeux	40 €	KARINE
<u>GYM LEILA</u>	mardi	15h00 à 16h00	Espace escrime St Claude	COMPLET	
	vendredi	9h00 à 10h00	Espace multi-activité St Claude	40 €	LEILA
<u>GYM MELISSA</u>	jeudi	15h30 à 16h30	Espace multi-activité St Claude	40 €	MELISSA
<u>GYM KARINE</u>	mardi	11h à 12h	Espace multi-activité St Claude	40 €	KARINE
<u>DANSE EN LIGNE</u>	vendredi	9h30 à 11h30	Salle T3 Hockey La Fontonne	60 €	ELYANE
<u>LONGE CÔTE</u>	mardi	13h à 13h45	Parking Dulys 2 - Accès à la plage par le passage souterrain	40 €	MELISSA
<u>MARCHE</u>	lundi	9h30 ou 10h	Différents parcours selon programme établi par les accompagnateurs	0 €	
<u>MARCHE NORDIQUE</u>	mardi	9h30 à 10h30	Parc de Vaugrenier-Rte de Nice 2e entrée en venant d'Antibes au grand parking en bas des jeux	0 €	
	jeudi	9h30 à 10h30		40 €	KARINE
<u>PETANQUE</u>	mercredi	14h30 à 16h00	Terrain de boules Espace nautique La Salis	0 €	
<u>PILATES</u>	jeudi	13h30 à 14h30	Espace multi-activité St Claude	PLUS QUE 2/3PLACES	
	vendredi	14h30 à 15h30	Salle Dojo La Fontonne	40 €	MELISSA
<u>RENFORCEMENT MUSCULAIRE</u>	lundi	15h00 à 16h00	Salle T3 Hockey La Fontonne	40 €	MELISSA
<u>RENFORCEMENT MUSCULAIRE AVEC BALLON FITBALL</u>	mardi	14h00 à 15h00	Espace multi-activité St Claude	40 €	LEILA
<u>DOS-FESSIERS-ABDO-STRETCHING</u>	lundi	16h00 à 17h00	Salle T3 Hockey La Fontonne	40 €	MELISSA
	jeudi	14h30 à 15h30	Espace multi-activité St Claude	COMPLET	
<u>YOGA</u>	mardi	16h00 à 17h00	Espace escrime	40 €	LEILA

Remise de 15 € par trimestre si inscription à 3 activités payantes ou plus