



Groupe Chalonais de la Retraite Sportive

26 rue de la Paix
71100 CHALON-SUR-SAONE

Tél : 03 85 93 20 13

Courriel : retraite.sportive.chalon@gmail.com

Site : <http://chalon-rs.wix.com/gcrs>

Blog : <http://gcrs.over-blog.com/>

REGLEMENT INTERIEUR ANNEXE 1

Affilié à la FEDERATION FRANCAISE DE LA RETRAITE SPORTIVE

Rattaché au Comité Départemental CODERS 71 et au Comité Régional CORERS Bourgogne

28/09/2019

Permet aux personnes de cinquante ans et plus, retraitées ou assimilées, de pratiquer le sport de manière adaptée sous la conduite d'animateurs bénévoles, brevetés par la FFRS.

Renseignements à la permanence : le mardi de 14 h 15 à 16 h 45 et le vendredi de 9 h 15 à 11 h 15

ACTIVITES PROPOSEES - SAISON 2019/2020

ACTIVITE	RESPONSABLE	LIEU & HEURE
AVIRON	Gérard MAINET (03 85 48 69 28 / 06 71 01 17 03)	Sur la Saône, mardi de 9 h 00 à 12 h 00 (rendez-vous à 8 h 30 au CAC).
BADMINTON	Maurice BARTHELEMY (06-82-01-99-57)	Gymnase Jean Zay, mercredi et vendredi de 9 h 30 à 12 h 30.
CYCLOTOURISME	François VAIRET (03 85 48 44 00 – 06 51 18 25 42)	De Mars à Octobre, lundi et mercredi. 5 groupes de niveaux. Diffusion d'un programme spécifique.
DANSES DE GROUPE	Catherine BOURDON (03 85 46 90 42 / 06 25 48 73 26)	Débutants et nouveaux inscrits : Gymnase de Saint-Laurent, mardi de 9h00 à 10h15. Pour tous les autres : Gymnase de Saint-Laurent mardi 10 h 30 à 11 h 45 ou samedi de 9 h 30 à 11 h et Maison Verte Plateau Saint-Jean le jeudi de 9h30 à 11h
DISC GOLF	Christian LIEVRE (03-85-41-90-55 --06-13-41-23-55)	Lacs de Laives, mercredi de 14h30 à 16h30
ESCALADE	Yves DUCROIX (03 85 43 42 29 – 06 81 03 79 45)	Salle des Blettrys à Champforgeuil, mardi et vendredi de 14 h 00 à 17 h 00, ou en falaise
GOLF	Gérard TILLIER (03 85 44 49 07 / 06 80 88 05 48)	Prairie Saint-Nicolas, vendredi matin toute l'année.
GYM AQUATIQUE (1)	Sylvette ROBIN (03 85 41 42 39 / 06 17 97 50 92)	Centre Nautique, lundi ou samedi de 13 h 00 à 14 h 00 ou jeudi de 11h30 à 12h15
GYM DOUCE (1)	Joëlle CRUCHAUDET (06 78 04 48 81)	Maison de Quartier, rue de la Paix, le lundi de 16h30 à 17h30 ou le mercredi de 9 h 40 à 10 h 40 ou de 10 h 50 à 11 h 50
JEUX DE BOULES	Marc BEAUFORT (03 85 45 72 42 / 06 15 07 04 44)	Espace Michel Vannier ou boulodrome l'hiver, vendredi de 14 h 00 à 17 h 00.
JOGGING	Jocelyne THOMAS (03 85 44 12 44 / 06 40 46 28 08)	Lac des Prés Saint-Jean le samedi de 9 h à 10 h 30

MARCHE NORDIQUE	Nicole PLED (06 01 66 00 21)	3 niveaux proposés. Lundi et mercredi de 9 h 00 à 11 h, lieu suivant le programme.
RANDONNEE PEDESTRE	Michel SACKSTEDER (03 85 94 09 12 / 06 47 50 81 10)	Jeudi toute l'année. Diffusion d'un programme semestriel.
SELF DEFENSE	Christian MORICE (06 62 48 54 69)	Jeudi de 11 h à 12 h salle d'évolution au sol de Châtenoy-le-Royal.
SKI DE FOND <hr/> SKI PISTE <hr/> RAQUETTES	LIONEL REBY (03 85 43 52 34 / 07 82 83 74 20)	Journées de Janvier à Mars.
SPORTS MULTI-ACTIVITES SENIORS	Madeleine GUICHARD (03 85 44 72 89 / 06 2 76 01 47)	Lundi de 15h15 à 16h 15, rue de la Paix.
SWIN GOLF	Madeleine RACCURT (03 85 48 49 90 / 06 09 62 10 55)	Prairie Saint-Nicolas, lundi , mardi, vendredi de 14h à 16h30.
TENNIS DE TABLE	Jean-Pierre JULLIEN (03 85 48 53 61 / 06 80 62 62 90)	Gymnase Jean Zay, mercredi et vendredi de 9h30 à 12 h 30.
TIR A L'ARC	Marie-Claude ZANIN (03 85 48 66 01 / 06 79 73 11 20)	Maison de Quartier, rue de la Paix le mardi et vendredi de 14h à 15h15 ou de 15h30à 16h45. Accueil des nouveaux et formation sur inscription (Octobre)
VETERANS	Nelly PEQUIGNOT (03-85-43-54-65)	Lundi tous les 15 jours. Voir programme.

(1) Activité complémentaire réservée aux adhérent(e)s ayant au minimum 2 ans d'ancienneté