

P.O.M SENIOR

2024
2025

Activités sportives pour les 65 ans et plus



Entretenir sa santé - Créer du lien social
Découvrir des sports



- Des animations sportives adaptées à votre âge et animées par des éducateurs de la ville de La Ferté Bernard.
- Différentes activités vous seront proposées par module de 3 ou 4 séances en salle ou à l'extérieur (selon la météo) :

Activités de plein air :

- Marche Orientation
- Tir à l'arc
- Disc Golf
- Activités nautiques
- etc...

Activités en salle :

- Jeux de raquettes
- Jeux de précision
- Jeux de ballons
- Parcours de motricité
- Bowling
- etc...

- Ces activités sportives vous permettront de faire des rencontres, de rester en forme et de préserver une bonne qualité de vie.
- Les séances sont programmées le jeudi de 10H à 11H30.

Inscription pour une période de 8 séances (possibilité d'inscription à l'année)

Période 1 :

*du jeudi 12/09/24 au
jeudi 22/11/24*

Période 2 :

*du jeudi 28/11/24
au jeudi 06/02/25*

Période 3 :

*du jeudi 27/02/25 au
jeudi 01/05/25*

Période 4 :

*du jeudi 08/05/25
au jeudi 03/07/25*

Tarif par période :

Fertois : 20 €
Non Fertois : 32 €

Sortie exceptionnelle à la journée

(Vacances Toussaint / Février /
Pâques)

Fertois : 10 €
Non Fertois : 17 €

Inscription à la Maison des Sports

Place du Général de Gaulle
72400 LA FERTE BERNARD

Tél : 02 43 93 29 53