

À Rovaltain

Le Sport est à portée de main !

2022 / 2023

ACTIVITÉS SPORTIVES



UNE INITIATIVE CLUB ROVALTAIN
L'ASSOCIATION DES ENTREPRISES
& DES SALARIÉS ROVALTAIN

OLE CLUB
ROVALTAIN

MJC Alixan

Av. du Vivarais,
26300 Alixan
contact.mjcalixan@gmail.com
www.mjcalixan.com

MJC St Marcel lès Valence

Rue de l'Etrau -
26320 St Marcel lès Valence
mjc-saint-marcel@wanadoo.fr
04 75 58 72 47

MJC Chateauneuf sur Isère

130 Rue du Moulin,
26300 Châteauneuf-sur-Isère
mjc.chateauneuf@free.fr
mjcchateauneuf.wordpress.com/

Information : contact@clubrovaltain.fr



À Rovaltain

Le Sport est à portée de main !

ACTIVITÉS SPORTIVES 2022 / 2023

LUNDI

AQUA GYM | 11h30 - 12h30

Piscine BLV

FOOT EN SALLE | 12h15 - 13h45

MJC Saint Marcel lès valence

PILATE | 12h30 - 13h30

MJC Châteauneuf-sur-Isère

PILATE | 17h00 - 18h00

MJC Saint Marcel lès valence

PILATE | 18h15 - 19h15

MJC Saint Marcel lès valence

GYM ENTRETIEN | 18h15 - 19h15

MJC Châteauneuf-sur-Isère

KRAV MAGA | 19h00 - 20h30

MJC Alixan

PILATE | 19h30 - 20h30

MJC Alixan

CARDIO FITNESS | 20h30 - 21h30

MJC Alixan

PILATE | 20h15 - 21h15

MJC Châteauneuf-sur-Isère

BOXE | 19h30 - 20h45

MJC Saint Marcel lès valence

YOGA, DOS ET STRESS

| 18H - 19H / 19H15 - 20H15 /

20H30 - 21H30

MJC Saint Marcel lès valence

SOPHROLOGIE | 18h45 - 19h45

MJC Alixan

GYM FITNESS 3X20' | 18H45 - 19H45

MJC Saint Marcel lès valence

ZUMBA | 19H00 - 20H00

MJC Châteauneuf-sur-Isère

MERCREDI

KRAV MAGA | 19h00 - 20h30

MJC Alixan

PILATE | 19h00 - 20h00

MJC Alixan

DANSE LATINO | 19h30 - 20h30

20h30 - 21h30

MJC Châteauneuf-sur-Isère

FITNESS CARDIO

| 18h30 - 19h30

MJC Saint Marcel lès valence

FITNESS STRECHING

| 19h30 - 20h30

MJC Saint Marcel lès valence

MIX ZUMBA | 20h15 - 21h30

MJC Alixan

MÉDITATION | 19h00 - 20h00

MJC Alixan



MARDI

BADMINTON | 12h15 - 13h45

MJC Saint Marcel lès valence

YOGA | 18h30 - 19h45 / 20h00 - 21h15

MJC Châteauneuf-sur-Isère

LE CLUB
ROVALTAIN

À Rovaltain

Le Sport est à portée de main !

ACTIVITÉS SPORTIVES 2022 / 2023

JEUDI

BADMINTON | 12h15 - 13h45

MJC Saint Marcel lès valence

AQUA GYM | 12h30 - 13h30

MJC Châteauneuf-sur-Isère

QI GONG | 18h30 - 19h30

MJC Châteauneuf-sur-Isère

TANGO ARGENTIN | 18h45 - 20h00

Débutant

MJC Saint Marcel lès valence

TANGO ARGENTIN | 19h00 - 20h15

Intermédiaire

MJC Saint Marcel lès valence

TANGO ARGENTIN | 20h30 - 22h00

Avancé

MJC Saint Marcel lès valence

BACHATA | 19h00 - 20h00

MJC Alixan

VENDREDI

BASKET | 12h15 - 13h45

MJC Saint Marcel lès valence

PILATE | 18h00 - 19h00

MJC Châteauneuf-sur-Isère

AQUA GYM | 18h45 - 19h45

MJC Châteauneuf-sur-Isère

DANSE EN SOLO | 20h00 - 21h00

MJC Saint Marcel lès valence

WEST COAST SWING | 20h00 - 21h00

MJC Saint Marcel lès valence

INFORMATION

MJC Alixan

Av. du Vivarais,

26300 Alixan

contact.mjcalixan@gmail.com

www.mjcalixan.com

MJC St Marcel lès Valence

Voir sur le programme activité sur :

www.mjc-saintmarcellesvalence.fr

mjc-saint-marcel@wanadoo.fr

T. 04 75 58 72 47

MJC Chateauneuf sur Isère

130 Rue du Moulin,

26300 Châteauneuf-sur-Isère

mjc.chateauneuf@free.fr

mjcchateauneuf.wordpress.com/

QI GONG | 12h15 - 13h15

MJC Saint Marcel lès valence



OLE CLUB
ROVALTAIN

À Rovaltain

Le Sport est à portée de main !

ACTIVITÉS SPORTIVES 2022 / 2023



OLE CLUB ROVALTAIN ASSOCIATION DES ENTREPRISES

MOIS DU SPORT

SPORT À ROVALTAIN • 7 RDV EN SEPTEMBRE

INSCRIPTION OBLIGATOIRE • PLACES LIMITÉES

- Vélo
- Sophrologie
- Crossfit
- Yoga du rire
- Trail
- Stretching
- 5km Rovaltain

Le programme est en ligne !

OLE CLUB ROVALTAIN ASSOCIATION DES ENTREPRISES

5 KM DE ROVALTAIN

30

SEPTEMBRE

De 12h00 à 14h00

Départ à la Pépinière d'entreprises

2 parcours

5 km pour les coureurs
2,5 km pour les marcheurs



Envie de rejoindre la commission Sport de ROVALTAIN?
Contactez-nous, nous serons ravis de vous accueillir !

OLE CLUB ROVALTAIN