



L'Office des sports propose divers créneaux d'activités sportives pour différents publics.

Pour les 6-8 ans ; des écoles multisports sur les communes de Cardroc (mercredi matin), Combourg (mardi soir et samedi matin), Meillac (mercredi après-midi), Pleugueneuc (jeudi soir), St Domineuc (mercredi après-midi) et Tinténiac (samedi matin).

Pour adultes mixtes ; Séance multisport, Sports Co, raquettes, nouveaux sports...1h30 le mercredi soir salle des sports à Meillac.

« Bouge ton mardi » c'est la pratique d'activités physiques douces, ludiques et variées pour des personnes sédentaires en situation sociale, familiale, professionnelle...se remettre en mouvement, sortir de chez soi et rencontrer des gens. 1h30 le mardi après-midi sur Meillac. (salle chauffée).

Pour les femmes ; » Les Elles en Action » Renforcement musculaire, gym détente, faire des rencontres et retrouver la forme physique. 1h30 le mercredi matin sur Combourg (salle chauffée).

Pour tous les jeunes de 7 à 12 ans ; l'Office propose durant toutes les vacances scolaires des stages sportifs la première semaine pour les licenciés des clubs adhérents et des journées multisports avec sortie au bowling, la patinoire, la plage ou la piscine pour tous les jeunes de 7 à 12 ans , la deuxième semaine des vacances.

Pour les bénévoles des clubs adhérents, l'Office propose une formation à l'encadrement. Deux jours aux vacances d'octobre pour les moins de 18 ans et 3 samedis matin pour les adultes.

Pour tout renseignement :

02 23 16 68 53 - 06 81 35 37 34

<http://club.quomodo.com/osbr>