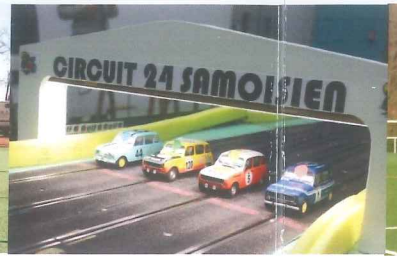

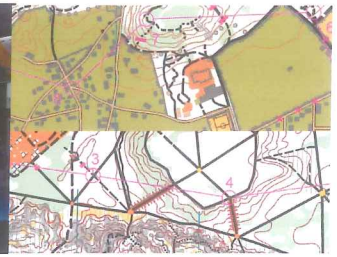

ECOLE MULTISPORTS

3 ans à 12 ans
Gymnase municipal

Faire découvrir et aimer le sport
Initiation à différentes disciplines
En salle ou en plein air
Éducateurs diplômés d'état

FOOTBALL

5 ans à 13 ans
Stade de Vulaines sur Seine

Football loisir,
Entraînements tous niveaux
Matchs amicaux
Pas de déplacement

GYMNASTIQUE DETENTE - ENTRETIEN

Tous âges
Gymnase municipal

Bien-être physique et psychique
Rythme cardiaque
Fonctions respiratoires
Renforcement musculaire

GYMNASTIQUE DOUCE

Tous âges
Foyer Django Reinhardt

Tonus musculaire
Souplesse
Détente
Relaxation

GYMNASTIQUE BABY EVEIL

2 ans à 3 ans
Gymnase municipal

Eveil ludique,
Motricité, parcours gymniques
Espace de convivialité pour
les assistantes maternelles
Éducateurs diplômés d'état

KARATE

5 ans à 12 ans
Gymnase municipal

Développement de la coordination
Renforcement musculaire
Concentration et mémoire
Épanouissement physique
et psychologique
Éducateurs diplômés d'état

COURSE D'ORIENTATION

Spécialités: CO à pied et CO à VTT

Adultes et jeunes à partir de 12 ans

Activité orientée vers la compétition
Mais aussi course d'orientation loisir
Tous âges et en famille
www.samois.coursedorientation.fr

CIRCUIT 24

Adultes et enfants à partir de 6 ans
Gymnase municipal

Développer sa dextérité et son mental
Détente et/ou compétition
Confiance en soi
http://circuit24samois.canalblog.com/

CLUB DE TENNIS DE SAMOIS

Tous âges
Courts adjacents au Poney Club

Deux courts de tennis
Ouverts toute l'année
tennisdesamois@gmail.com

MARCHE SPORTIVE

Tous âges
Lieux variables en forêt

PETANQUE

Boulodrome de Bois le Roi

Dates, horaires et tarifs disponibles sur demande auprès de l'Association Sportive Samoisienne.
Courriel : as.samoisienne77@gmail.com