

Salle Culturelle

Impasse des Mercuriales, 76430 La Remuée

Des activités pour tous les âges, pour se retrouver, apprendre, bouger, échanger et créer du lien.

1 LE COIN DES PETITS



Ateliers d'éveil et d'activités créatives pour les tout-petits, accompagnés d'un parent ou assistant maternel.



Mardi et jeudi matin
de 9h00 à 11h45



Infos : Isabelle 06 95 86 74 82 /
Carole 06 47 73 22 30

2 CLUB DES ANCIENS



Des moments conviviaux pour se retrouver, échanger et partager.



Une semaine sur deux,
le jeudi de 14h00 à 17h00



Infos : Jack Oger et Dany Labbe -
06 76 35 01 12

3 VITALITÉ YOGA



Cours de yoga doux pour améliorer la souplesse, la respiration et le bien-être.



Jeudi de 18h30 à 19h45



Infos : Evelyne - 06 83 07 87 81

4 COUTURE



Un temps créatif pour coudre, apprendre et partager astuces et savoir-faire.



Lundi de 13h00 à 17h00



Infos : evelyne.boissel@gmail.com

5 GYM ADULTES



Une activité conviviale pour bouger et entretenir sa forme.



Mercredi de 18h30 à 20h30



Infos : Mme Renault - 07 49 79 70 27

ACTIVITÉS SPORTIVES ET CULTURELLES

La Remuée

SAISON 2026-2027



LE COIN DES PETITS



MULTISPORTS ADULTES



ZUMBA / STEP / HIIT



SELF-DÉFENSE



LUDISPORTS ACTIVITÉS ENFANTS



NOS ASSOCIATIONS PARTENAIRES



Club des Anciens
Commune de La Remuée



CONVIVIALITÉ



BIEN-ÊTRE



DÉCOUVERTE



SOLIDARITÉ

REJOIGNEZ-NOUS!



Mairie de La Remuée / 02 35 20 00 47 / mairie@laremuee.com



SALLE OMNISPORTS De La Remuée



BOUGEZ • PARTAGEZ • PROGRESSEZ • PRENEZ DU PLAISIR !



SELF-DÉFENSE

avec Yahia Dilmi



Mercredi 10h00 - 11h30
Mercredi 19h30 - 21h00



À partir de 12 ans



110 € / personne
170 € / an pour 2 personnes du même foyer



Tenue : survêtement / baskets



Certificat médical obligatoire



Reprise le 16 septembre 2026



Renseignements : 06 95 53 46 24



MULTISPORTS ADULTES

avec Francky



Lundi 18h30 à 20h00



Reprise : Lundi 21 septembre 2026



Cycles de 2 à 4 séances



Tarifs : 139 € / an
tarif parrainage possible



Contact : 06 29 70 94 25



PING-PONG / TENNIS DE TABLE



LUNDI (hors vacances scolaires)

16h30 - 18h00

Entraînement libre

MARDI (hors vacances scolaires)

16h30 - 17h45

Entraînement Dirigés primaire

17h45 - 19h00

Entraînement dirigés Ados

17h45 - 21h00

Entraînement libres adultes

19h00 - 21h00

Entraînement dirigés adultes

MARDI (vacances scolaires)

17h30 - 20h00

Entraînements libres adultes et ados
confirmés, sur demande

MERCREDI

15h30 - 17h00

Entraînement Dirigés Jeunes

17h00 - 19h15

Entraînement libres adultes

VENDREDI

16h45 - 17h45

Loisirs / Entraînements

17h45 - 19h30

Entraînements libres
(jusqu'à 20h00 si pas de match)

Contacts : Fjlaudemueett0270@gmail.com
Dylansimon.fjremueett@gmail.com



ZUMBA / STEP / HIIT

avec Raniya



Jeudi



Step
18h00

Zumba
19h00

HIIT
19h45



Cours d'essai : jeudi 10 septembre 2026



Contact / inscription :
crystal.hiit@outlook.fr



LUDISPORTS – Activité enfants



Jeudi



16h30 à 17h30

Activité enfants
par le jeu et le sport !



Développer la motricité



S'amuser ensemble



Apprendre en bougeant

Renseignements dans votre Maison du Territoire :



Site de Saint-Romain-de-Colbosc



Tél. : 02 35 13 36 90



Mail : maisonduterritoire-saintromain@lehavremetro.fr



DES ACTIVITÉS POUR TOUS, DANS UNE AMBIANCE CONVIVIALE !



RESPECT



ESPRIT D'ÉQUIPE



PROGRÈS



PLAISIR



SALLE OMNISPORTS – IMPASSE DES MERCURIALES – LA REMUÉE

