

## Quels sports à la salle SILLYSPORTS ?

|                        |   |                                 |   |                              |
|------------------------|---|---------------------------------|---|------------------------------|
| <b><u>Lundi</u></b>    | <b>Danse Adulte</b>                                     | De 9h30 à 10h30                 | Virginie Blondeau 0493 74 34 99         | Adultes                      |
|                        | <b>Stretching/ barre sol</b>                            | De 10h30 à 11h30                | Virginie Blondeau 0493 74 34 99         | Adultes                      |
|                        | <b>One Wall – Balle pelote</b>                          | De 17h30 à 20h                  | Thierry Paduart 0497 17 44 16           | A partir de 5 ans            |
|                        | <b>Handball</b>   | De 20h à 21h30                  | Maxime De Saint Moulin<br>0473 45.29.95 | A partir de 12 ans           |
|                        | <b>Hoshin Moosool</b>                                   | De 19h à 21h                    | Goiset Vincent 0478 11 00 61            | A partir de 14 ans           |
| <b><u>Mardi</u></b>    | <b>Karaté</b>   | De 18h30 à 19h30                | Vincent Poliart 0484 62 82 75           | A partir de 5 ans            |
|                        | <b>Pilate</b>   | De 18h à 19h                    | Florence Bremeels 0474 37 26 07         | Adultes et adolescents       |
|                        | <b>Taille Abdos Fessiers</b>                            | De 19h à 20h                    | Florence Bremeels 0474 37 26 07         | Adultes et adolescents       |
|                        | <b>Tennis de table</b>                                  | De 18h30 à 21h30                | André Fassin 0479 78 11 71              | A partir de 5 – 6 ans        |
|                        | <b>Basket</b>   | De 20h30 à 22h                  | Eric Perreaux 0477 42 44 45             | Adultes                      |
| <b><u>Mercredi</u></b> | <b>Remise en forme pour personnes de 50 ans et plus</b> | De 8h30 à 9h40<br>De 9h50 à 11h | Service des Sports 068 25 05 14         | A partir de 50 ans           |
|                        | <b>Danse Adulte</b>                                     | De 9h30 à 10h30                 | Virginie Blondeau 0493 74 34 99         | Adultes                      |
|                        | <b>Stretching/ barre sol</b>                            | De 10h30 à 11h30                | Virginie Blondeau 0493 74 34 99         | Adultes                      |
|                        | <b>Basket</b>   | De 13h30 à 14h30                | Eric Perreaux 0477 42 44 45             | 2008-2009                    |
|                        |   | De 14h30 à 16h                  | Eric Perreaux 0477 42 44 45             | 2006-2007 et filles (< 2004) |
|                        |   | De 16h à 17h30                  | Eric Perreaux 0477 42 44 45             | 2000-01-02-03-04-05          |
|                        | <b>Judo</b>   | De 16h à 18h                    | M-T Bockstael 0495 68 84 78             | A partir de 5 ans            |
|                        | <b>One Wall – Balle pelote</b>                          | De 17h30 à 19h30                | Thierry Paduart 0497 17 44 16           | A partir de 5- 6 ans         |
|                        | <b>Balle Pelote Hoves</b>                               | De 17h30 à 19h30                | Georges Tondeur 0475 35 33 27           | A partir de 5- 6 ans         |
| <b>Dance Attitude</b>  | De 19 à 21h   | Marjorie Wantens 0475 30 72 48  | Pour tous                               |                              |
| <b><u>Jeudi</u></b>    | <b>Gymnastique Acrobatique (au sol, porté,...)</b>      | De 16h20 à 17h10                | Virginie Blondeau 0493 74 34 99         | De 5 à 7 ans                 |
|                        |   | De 17h10 à 18h10                | Virginie Blondeau 0493 74 34 99         | De 8 à 12 ans                |
|                        |   | De 18h10 à 19h10                | Virginie Blondeau 0493 74 34 99         | 13 ans et plus               |
|                        | <b>Badminton</b>  | De 17h à 22h30                  | Christophe Vertrepen<br>0476 63 51 11   | A partir de 7 ans            |
|                        | <b>Tennis de table</b>                                  | De 20h à 23h                    | André Fassin 0479 78 11 71              | A partir de 5 - 6 ans        |
|                        | <b>SDU (système défense urbaine)</b>                    | De 19h30 à 21h                  | Cédric Havenne 0475 22 15 75            | Pour adultes et adolescents  |
|                        | <b>Karaté</b>   | De 21h à 22h                    | Vincent Poliart 0484 62 82 75           | Adultes                      |

|                        |                                    |  |   |   |
|------------------------|------------------------------------|--|---|---|
| <b><u>Vendredi</u></b> | <b>Yoga</b>                        | 15h30 à 16h30                                      | Amélie Quiévy 0474 79 65 63             | De 8 ans à 12 ans   |
|                        | <b>Handball</b>                    | De 17h à 18h                                       | Maxime De Saint Moulin<br>0473 45.29.95 | De 6 à 12 ans   |
|                        | <b>Basket</b>                      | De 18h00 à 19h                                     | Eric Perreaux 0477 42 44 45             | 2006-07-08-09   |
|                        |                                    | De 19h à 20h30                                     | Eric Perreaux 0477 42 44 45             | 2004-05 et filles<br>( < 2004)  |
|                        |                                    | De 20h30 à 22h                                     | Eric Perreaux 0477 42 44 45             | 2000-2001-02-03 et<br>seniors (< 2000)                                |
|                        | <b>Krav Maga</b>                   | De 18h15 à 21h                                     | Stéphane Warzée 0478 53 99 69           | Pour adultes et<br>adolescents  |
|                        | <b>Yoga</b>                        | 15h30 à 16h30                                      | Amélie Quiévy 0474 79 65 63             | De 8 ans à 12 ans   |
| <b><u>Samedi</u></b>   | <b>Dance Attitude</b>              | De 9h à 13h  | Marjorie Wantens 0475 30 72 48          | A partir de 2 ans ½   |
|                        | <b>Karaté</b>                      | De 10h30 à 12h                                     | Vincent Poliart 0484 62 82 75           | A partir de 5 ans   |
|                        | <b>Hockey</b>                      | De 12h30 à 14h                                     | Service des Sports 068 25 05 14         | Initiation tout âge et<br>entraînement de 6 à 9<br>ans                |
|                        | <b>Danse (Eveil Corporel)</b>      | De 13h30 à 14h30                                   | Virginie Blondeau 0493 74 34 99         | De 3 à 5 ans  |
|                        | <b>Danse initiation</b>            | De 14h30 à 15h30                                   | Virginie Blondeau 0493 74 34 99         | De 5 à 7 ans  |
|                        | <b>Dans moderne-jazz</b>           | De 15h30 à 16h30                                   | Virginie Blondeau 0493 74 34 99         | A partir de 10 ans  |
|                        | <b>Danse classique</b>             | 17h30 à 18h30                                      | Virginie Blondeau 0493 74 34 99         | Ados et adultes   |
|                        | <b>Danse contemporaine</b>         | 18h30 à 19h30                                      | Virginie Blondeau 0493 74 34 99         | A partir de 13 ans et<br>adultes                                      |
| <b><u>Dimanche</u></b> | <b>Jogging (par modules)</b>       | De 9h à 12h suivant<br>la distance (5 ou 10<br>km) | Service des Sports 068 25 05 14         | A partir de 10 ans<br>De septembre à<br>décembre et de mars à<br>juin |
|                        | <b>Taille Abdos Fessiers (TAF)</b> | De 10h à 11h                                       | Florence Bremeels 0474 37 26 07         | Adultes et adolescents  |
|                        | <b>Pilate</b>                      | De 10h à 11h                                       | Florence Bremeels 0474 37 26 07         | Adultes et adolescents  |
|                        | <b>Baseball</b>                    | De 13h à 15h                                       | Sophie Doeraene 0477 72 52 55           | A partir de 7 ans   |
|                        | <b>Badminton</b>                   | De 15h à 18h                                       | Christophe Vertrepen<br>0476 63 51 11   | Jeu libre pour tous   |

**Il est préférable de prendre contact avec le responsable pour d'autres informations.**