

CONDITIONS D'ACCÈS

Adulte de 18 ans et plus résidant à Limoges

Jeune de 16 ans et plus accompagnant obligatoirement un adulte

Être inscrit et avoir réservé sa place sur limoges.fr

Attestation de non contre-indication à la pratique sportive* **obligatoire**

* soit une licence sportive, soit un certificat médical, soit avoir complété et signé le questionnaire de santé disponible sur place - [À remettre à l'éducateur sportif en début de séance](#)

TARIFS PAR SÉANCE

5 € pour les personnes domiciliées sur la commune de Limoges

8 € pour les personnes domiciliées hors Limoges

INSCRIPTIONS

• En ligne sur limoges.fr (espace-citoyens.net/limoges) **À PARTIR DU 30 MAI**

1. VOUS N'AVEZ PAS DE COMPTE

Demandez une création de compte. Prévoyez un délai de 48 à 72h pour recevoir un mail de validation.

Inscrivez-vous sur le dispositif "Limoges Respire", puis réservez votre place pour la ou les séances souhaitées et payez en ligne

2. VOUS AVEZ DÉJÀ UN COMPTE

Inscrivez-vous sur le dispositif "Limoges Respire", puis réservez votre place pour la ou les séances souhaitées et payez en ligne.

• Sur place, en fonction des places disponibles, les inscriptions pourront se faire à la base nautique les soirs d'activités à partir de 17h30 - **prévoir 15 à 20 minutes avant l'activité** (justificatif de domicile OBLIGATOIRE pour les personnes domiciliées à Limoges)

• Sur prise de rendez-vous au Service des sports : **05 55 45 65 50**
À PARTIR DU 6 MAI - Maison municipale des sports, 35 Bd de Beaublanc, Limoges

À NOTER

Arrivée 10 à 15 min avant le début des activités nautiques

afin de vous mettre en tenue. Douche possible sur place à l'issue de la séance

Inscription possible sur place, en fonction des places disponibles sur présentation d'un justificatif de domicile pour les habitants de Limoges

Sport • santé • bien-être pour adultes
Limoges

En soirées
dès 18h

RESPIRE
du 4 au 27 juin

BASE NAUTIQUE • PORT DU NAVEIX

AVIRON • CANOË-KAYAK
STAND-UP PADDLE • YOGA

BAS-FARGEAS

PADEL

5^e
édition

RENSEIGNEMENTS 05 55 45 65 50
INSCRIPTIONS à partir du 30 mai sur limoges.fr



Sport • santé • bien-être pour adultes

Limoges

5^e édition

RESPIRE

du 4 au 27 juin

REPRENEZ LE SPORT !

Découvrez une pratique et apprenez les bases pour être autonome ;

Vivez des moments d'échanges et de partage ;

Organisez des séances en famille ou entre amis ;

Les coachs sportifs vont vous chouchouter !

Inscriptions sur limoges.fr
À partir du 30 mai

Renseignements
Direction des sports
05 55 45 65 50

À NOTER

- Arrivée 10 à 15 min avant le début des activités nautiques afin vous mettre en tenue et douche possible sur place à l'issue de la séance
- Inscription possible sur place avec un justificatif de domicile

	ACTIVITÉS	INTERVENANTS	HORAIRES/LIEUX	MATÉRIEL PRÊTÉ	ÉQUIPEMENT À PRÉVOIR	CONDITIONS
MARDI 4 11 18 25 JUIN	CANOË-KAYAK descentes de la Vienne	Guillaume	RDV 18h30 Base nautique, côté kayak 14 rue Victor-Duruy Prévoir 2 heures d'activité	Canoë, pagaie, gilet de sauvetage	Chaussures pouvant aller dans l'eau (obligatoire), tenue adaptée à la météo	Savoir nager (attestation à signer sur place)
	YOGA en extérieur	Élodie	18h30 - 20h Base nautique, côté kayak 14 rue Victor-Duruy		Tenue de sport, tapis de sol ou grande serviette de bain, bouteille d'eau	
	PADEL sport de raquette	Stéphanie	18h - 20h Tennis Club du Bas-Fargeas Rue de Feytiat	Raquette, balles	Tenue et chaussures de sport (tennis)	
MERCREDI 5 12 19 26 JUIN	STAND-UP PADDLE initiation - découverte	Bertrand	18h30 - 20h30 Base nautique, côté kayak 14 rue Victor-Duruy	Planches (selon les stocks) Matériel perso possible	Chaussures pouvant aller dans l'eau (obligatoire), tenue adaptée à la météo	Savoir nager (attestation à signer sur place)
	CANOË-KAYAK descentes de la Vienne	Guillaume	RDV 18h30 Base nautique, côté kayak 14 rue Victor-Duruy Prévoir 2 heures d'activité	Canoë, pagaie, gilet de sauvetage	Chaussures pouvant aller dans l'eau (obligatoire), tenue adaptée à la météo	Savoir nager (attestation à signer sur place)
JEUDI 6 13 20 27 JUIN	STAND-UP PADDLE balade sur la Vienne	Bertrand	RDV 18h30 Base nautique, côté kayak 14 rue Victor-Duruy Prévoir 2 heures d'activité	Planches (selon les stocks) Matériel perso possible	Chaussures pouvant aller dans l'eau (obligatoire), tenue adaptée à la météo	Savoir tenir debout sur la planche Savoir nager (attestation à signer sur place)
	YOGA en extérieur	Élodie	18h30 - 20h Base nautique, côté kayak 14 rue Victor-Duruy		Tenue de sport, tapis de sol ou grande serviette de bain, bouteille d'eau	
	AVIRON initiation - découverte	Club nautique de Limoges	18h30 - 20h30 Base nautique, côté aviron 14 rue Victor-Duruy	Matériel prêté	Chaussures pouvant aller dans l'eau (obligatoire), tenue adaptée à la météo	Savoir nager (attestation à signer sur place)