



Angoulême

Gymnastique, entretien et culture physique

ACADEMIE DE DANSE ARABESQUE

153 bis rue de Paris - 16000 ANGOULEME
Tel. 05 45 94 86 90 - Portable. 06 22 08 20 98
Email. contact@academiedansearabesque.fr - Site Web. <http://www.academiedansearabesque.fr>

ACTIVITES DE CET ORGANISME

Barre à terre.
Enfants et adultes.

Éveil corporel.
Enfants.

Gym tonic adultes.

Retrouvez tous les niveaux et les horaires sur le site Internet de l'association.

AMICALE LAIQUE D'ANGOULEME - ALA



14 rue Marcel Paul - 16000 ANGOULEME
Tel. 05 45 95 64 03 - Portable. 0608519720 - Fax. 05 45 95 28 21
Email. alaique@wanadoo.fr - Site Web. <http://amicalelaique.sitadom.com>

 Une plaquette est disponible sur le site : info-jeunesse16.com, rubrique les bonnes adresses.

ACTIVITES DE CET ORGANISME

Atelier gymnastique douce.

le mardi de 10h45 à 11h45 avec Pascale Dreano à la ferme des valettes.
le jeudi de 9h15 à 10h15 avec Pascale Dreano à la ferme des valettes.

atelier respiration consciente/méditation
le jeudi de 10h30 à 11h30

AMICALE LAIQUE DE CHAMPNIERS



1, Rue des Grises Musiciennes - Mairie - 16430 CHAMPNIERS
Tel. 05 45 69 92 06 ; 06 87 15 57 62
Email. amicalelaique.champniers@gmail.com - Site Web.
<http://amicale-laique.ccbc.fr>

 Une plaquette est disponible sur le site : info-jeunesse16.com, rubrique les bonnes adresses.

ACTIVITES DE CET ORGANISME

Gym douce (renforcement doux), Pilates.

Lieu, jours et horaires, voir le site.

ANCIENNE ET ESPERANCE ANGOULEME - AEA

Gymnase municipal, 42 rue de Montmoreau - 16000 ANGOULEME
Tel. 05 16 16 14 70
Email. aeagym@free.fr - Site Web. <http://aeagym.free.fr/>

ACTIVITES DE CET ORGANISME

Gymnastique artistique féminine et masculine, éveil gymnique et gymnastique forme loisirs.

- Pour enfants, adultes et 3ème âge.

Baby-gym.

- Pour les enfants à partir de 2 ans et demi.

Voir jours et horaires sur le site Internet de l'association.

ANGOULEME GV



Siège social : 10 place Gustave Courbet - 16000 ANGOULEME
Tel. 06 31 97 61 90 ou 06 41 10 10 99 - Portable. 06 41 10 10 99
Email. gymvolontaire-016224@epgv.fr - Site Web. <http://www.ffepgv.fr>

Une plaquette est disponible sur le site : info-jeunesse16.com, rubrique les bonnes adresses.

ACTIVITES DE CET ORGANISME

Activités : Gym diversifiée, pour tous publics (Renforcement musculaire, postural, étirements, step), lundi, mardi et jeudi, Gym douce, le mercredi matin, Body Zen, le jeudi de 12h15 à 13h15, Cours APA (Activités Physiques Adaptées) le vendredi de 13h45 à 14h45.

Lieux de pratique : CSCS Louis Aragon Ma Campagne, Salle omnisports Grand Font, CSCS Rives de Charente.

Pour toutes informations complémentaires, prendre directement contact avec le club.

ASSOCIATION CULTURELLE DETENTE LOISIRS - ACDL



Maison des Jeunes et de la Culture, 42 rue nationale - 16440 ROULLET
SAINT ESTEPHE
Tel. 06 84 23 78 24 - Portable. 06 84 23 78 24
Email. acdlroullet@gmail.com - Site Web. <http://www.acdlroullet.fr>

Une plaquette est disponible sur le site : info-jeunesse16.com, rubrique les bonnes adresses.

ACTIVITES DE CET ORGANISME

Gym aérobic salsa.

ASSOCIATION EXPRESSIONS



L'esplanade, 19 bis avenue de l'Union - 16710 SAINT YRIEIX SUR
CHARENTE
Tel. 05 45 93 14 97
Email. expressions16@wanadoo.fr - Site Web. <http://www.expressions16.fr>

Une plaquette est disponible sur le site : info-jeunesse16.com, rubrique les bonnes adresses.

ACTIVITES DE CET ORGANISME

Musculation et renforcement musculaire.

ASSOCIATION POUR LE DEVELOPPEMENT DE L'ANIMATION AU NORD CHARENTE - ADANC



5 rue des Puits - 16240 BRETTESS
Tel. 05 45 31 16 36 - Fax. 05 45 31 16 36
Email. adancbrettes@orange.fr - Site Web. <http://www.adanc.com>

Une plaquette est disponible sur le site : info-jeunesse16.com, rubrique les bonnes adresses.

ACTIVITES DE CET ORGANISME

Zumba fitness
Energ'gym
Gym activ'
Gym Form'
Gym douce
Gym enfants 4 - 6 ans et 7 - 10 ans
Kid'Zou dance 9 - 13 ans
Dance country

ASSOCIATION SD FITNESS DANSE - SD FITNESS

33 Imp. Félix Nadar - 16000 ANGOULEME
Tel. 06 84 22 68 31 - Portable. 06 84 22 68 31
Email. sebdrapeau@gmail.com - Site Web. <http://www.fitnessdanse.fr>

ACTIVITES DE CET ORGANISME

L'association SD Fitness propose des cours de Fitness Danse. Planning et tarif sur le site internet.
Lieu d'activités : Salon de danse Le Marysa, MJC Louis Aragon, MJC Quai du Halage.

ASSOCIATION SPORT POUR TOUS 16 - ASPT16

8, rue de la Cigogne - 16000 ANGOULEME
Tel. 06 13 22 11 49 - Portable. 06 13 22 11 49
Email. sportpourtous16@gmail.com - Site Web. <https://www.facebook.com/Association-Sport-Pour-Tous-16/>

ACTIVITES DE CET ORGANISME

MARCHE NORDIQUE - Gym d'Entretien - Sport Urbain - Multi Activités - Yoga

ASSOCIATION SPORTIVE MIXTE DE GYMNASTIQUE VOLONTAIRE

235 av. du Général de Gaulle, CS 92 515 - 16025 ANGOULEME
Tel. 05 45 95 68 51
Email. naudmarie@yahoo.fr

ACTIVITES DE CET ORGANISME

Tous publics
lundi 20h15 gymnase Romain Rolland
mercredi 9h30 auditorium Soëlys

BIBLIOTHEQUE MUNICIPALE - FOYER D'ANIMATION

5 impasse du bourg - 16400 PUYMOYEN
Tel. 05 45 64 72 93 - Portable. 06 88 27 98 53 - 05 45 61
Email. mdesprez1@orange.fr - Site Web. <http://www.puymoyen.fr>

ACTIVITES DE CET ORGANISME

Gym détente
Voir jours et horaires sur le site internet.

BRIE LOISIRS ET CULTURE



42, ruelle Saint Medard, Le bourg - 16590 BRIE
Tel. 05 45 69 82 10 - Portable. 0545698210
Email. association.blc@orange.fr - Site Web. <http://www.blc.brie.fr>

ACTIVITES DE CET ORGANISME

Gym-Fit : Salle des fêtes de Brie

Gym douce adaptée lundi 16h00-17h00
Gym HIIT mardi 20h30-21h30
Gym Div' : mercredi 10h00-11h00

Contact Christelle Dudoit : 06 11 49 68 60

Zumba Adultes (à partir de 13 ans)
Zumba kids pour les 4/7 ans et 8/12 ans.
Contact : Julie Guedon au 06.58.49.83.85

CENTRE SOCIAL CULTUREL ET SPORTIF AMICALE LAIQUE DU GOND PONTouvre - CSCS



Avenue du Général de Gaulle - 16160 GOND PONTouvre
Tel. 05 45 68 18 78 - Fax. 05 45 68 70 68
Email. algp16@gmail.com - Site Web. <http://www.cscs-algond.org>



Une plaquette est disponible sur le site : info-jeunesse16.com, rubrique les bonnes adresses.

ACTIVITES DE CET ORGANISME

Gym Fitness - Adultes.
Gym sport - santé.
Jours, horaires et lieux de pratique dans la plaquette ci-jointe.

CENTRE SOCIAL CULTUREL ET SPORTIF FOYER LAIQUE D'EDUCATION PERMANENTE - EPICERIE SOCIALE - CSCS FLEP



9 boulevard Léon Blum, BP 60018 - 16800 SOYAUX
Tel. 05 45 93 11 58 - Portable. 0650577984
Email. cscs.soyaux@cscsflep.com - Site Web. <http://www.cscsflep.com>



Une plaquette est disponible sur le site : info-jeunesse16.com, rubrique les bonnes adresses.

ACTIVITES DE CET ORGANISME

Baby Gym
Voir horaires sur la plaquette ci-jointe.

CENTRE SOCIO CULTUREL ET SPORTIF - MAISON DES JEUNES ET DE LA CULTURE LOUIS ARAGON - CSCS/MJC LOUIS ARAGON



Place Vitoria - 16000 ANGOULEME
Tel. 05 45 61 29 56 - Portable. 0545612956 - Fax. 05 45 65 99 15
Email. mjc.louis.aragon@wanadoo.fr - Site Web.
<http://www.mjc-louis-aragon.asso.fr/wp-content/uploads/2019/09/Plaquette-20>



Une plaquette est disponible sur le site : info-jeunesse16.com, rubrique les bonnes adresses.

ACTIVITES DE CET ORGANISME


Salle de remise en forme et cours encadrés. Adultes et séniors.

Jours et horaires, voir plaquette ci-jointe.

CENTRE SOCIO CULTUREL ET SPORTIF - MAISON DES JEUNES ET DE LA CULTURE RIVES DE CHARENTE - CSCS - MJC RIVES DE CHARENTE



5 quai du halage - 16000 ANGOULEME
Tel. 05 45 94 81 03 - Fax. 05 45 94 02 99
Email. secretariat@cscs-rivesdecharente.com - Site Web.
<http://www.cscs-rivesdecharente.com>

 Une plaquette est disponible sur le site : info-jeunesse16.com, rubrique les bonnes adresses.

ACTIVITES DE CET ORGANISME

Gym douce (adultes).
Gymnastique santé (adultes).

Jours et horaires voir plaquette ci-jointe.

CENTRE SOCIO CULTUREL ET SPORTIF AMICALE LAIQUE DE SAINT YRIEIX SUR CHARENTE - CSCS



19 bis avenue de l'Union, L'esplanade - 16710 SAINT YRIEIX SUR
CHARENTE
Tel. 05 45 92 14 82 - Portable. <https://www.calameo.com/b>
Email. accueil@cscsal-aredien.com - Site Web.
<http://www.cscsal-aredien.com>

ACTIVITES DE CET ORGANISME

Gym entretien inter-âges.
Gym douce adultes et seniors.
Mouvement Fit-Gym.

Publics, jours et horaires, voir le site internet.

CENTRE SOCIO CULTUREL ET SPORTIF MAISON DES JEUNES ET DE LA CULTURE SILLAC GRANDE GARENNE FREGENEUIL - CSCS MJC



La Mosaïque, 17, Rue Antoine de Saint Exupéry - 16000 ANGOULEME
Tel. 05 45 91 76 11 - Fax. 05 45 91 77 75
Email. mjc.gg@wanadoo.fr - Site Web. <https://mjcmosaique.fr>

ACTIVITES DE CET ORGANISME

Gymnastique volontaire, le lundi et jeudi de 18h à 20h.

CLUB HALTEROPHILE ATHLETIQUE ANGOUMOISIN - CHAA

6 rue des Chais, La Grand Font - 16000 Angoulême
Tel. 05 45 38 36 53 - Portable. 06 27 33 98 56
Email. [chaangoumoisins@sfr.fr](mailto:chaangoumoisins@ sfr.fr) - Site Web. <https://www.chaa.fr>

 Une plaquette est disponible sur le site : info-jeunesse16.com, rubrique les bonnes adresses.

ACTIVITES DE CET ORGANISME

Activités:
Ouverture du lundi au vendredi 9H-21H Samedi 9H-18H
haltérophilie, force athlétique, musculation, Culturisme
32 cours de fitness

COMITE DEPARTEMENTAL D'EDUCATION PHYSIQUE ET DE GYMNASTIQUE VOLONTAIRE - CODEP GV 16

Domaine de la Combe, rue des Mesniers, Maison départementale des sports - 16710 SAINT-YRIEIX SUR CHARENTE
Tel. 05 45 25 32 51
Email. codep.epgv.charente@wanadoo.fr - Site Web. <http://www.sport-sante.fr/accueil/>

ACTIVITES DE CET ORGANISME

Les jours de permanences sont :
- le mardi 9h30-12h30 et 13h-16h00
- le jeudi 9h30-12h30 et 13h-16h00
- le vendredi 9h30-12h30 et 14h - 15h30.

EDUCATION SPORT ART ET LOISIRS - ESCAL

32 rue des Petits Champs - 16400 VOEUIL ET GIGET
Tel. 05 45 67 83 31
Email. vallat.j@wanadoo.fr

 Une plaquette est disponible sur le site : info-jeunesse16.com, rubrique les bonnes adresses.

ACTIVITES DE CET ORGANISME

cours de stretching
gym douce

plus d'informations sur notre plaquette ci-jointe

EFFERVESCENTRE



3 route du Sergent Sourbé - 16440 ROULLET SAINT ESTEPHE
Tel. 05 45 67 84 38
Email. contact@effervescentre.fr - Site Web. <http://www.effervescentre.fr>

 Une plaquette est disponible sur le site : info-jeunesse16.com, rubrique les bonnes adresses.

ACTIVITES DE CET ORGANISME

Sport santé pour les plus de 55 ans
Jours, lieu et horaires sur la plaquette jointe.

ELANCIA

2 rue de la Poulie, Zone des Montagnes - 16430 CHAMPNIERS
Tel. 05 45 39 78 52 - Fax. 05 45 39 78 52
Email. champniers@elancia.fr - Site Web. <http://www.elancia.fr>

ACTIVITES DE CET ORGANISME

Suivi personnalisé.
Tous les jours de 6h à 23h pour les adhérents.
Ouvert le dimanche et les jours fériés

ENERGYM

Place Genainville - 16400 PUYMOYEN
Tel. 05 45 65 09 29 - Portable. 06 07 64 64 93
Email. magali.baile08@orange.fr

ACTIVITES DE CET ORGANISME

Gymnastique volontaire (à partir de 16 ans).

FOYER CULTURE ET LOISIRS - FCL



Place François Mitterrand - 16340 L'ISLE D'ESPAGNAC
Email. contact@fcl.asso.fr - Site Web. <http://www.fcl.asso.fr>

 Une plaquette est disponible sur le site : info-jeunesse16.com, rubrique les bonnes adresses.

ACTIVITES DE CET ORGANISME

Gymnastique
Publics, jours et horaires, voir plaquette ci-jointe.

FOYER D'ANIMATION PUYMOYEN

23 rue de la prairie - 16400 PUYMOYEN
Tel. 05 45 61 37 25 - Portable. 06 88 27 98 53
Email. m.deprez@orange.fr - Site Web. <http://www.puymoyen.fr>

ACTIVITES DE CET ORGANISME

Gym détente.

FULL CONTACT FITNESS LA COURONNE - FCF

Place de l'hôtel de ville - 16400 LA COURONNE
Tel. 05 45 67 45 79
Email. fcflacouronne@bbox.fr - Site Web. <http://club.quomodo.com/fcflacouronne>

ACTIVITES DE CET ORGANISME

- Renforcement musculaire
- Cuisses abdo fessiers
- Stretching
- Activité physique adaptée pour les personnes obèses ou en surpoids
- Musculation sur appareils tous les jours du lundi au vendredi

Jours et horaires voir site internet : <http://club.quomodo.com/fcflacouronne/>

GV LES RIFFAUDS

Les Riffauds, 441 route des arnauds - 16600 RUELLE SUR TOUVRE
Tel. 05 45 65 44 07 - Portable. 06 19 43 98 88
Email. gvdesriffauds@laposte.net

ACTIVITES DE CET ORGANISME

UNE SEANCE LE LUNDI DE 19 h à 20 h
UNE LE JEUDI DE 18 h 30 à 19 h 30
GYM ADULTE

GV MAGNAC SUR TOUVRE

3 rue Henri Rousseau - 16600 MAGNAC SUR TOUVRE
Tel. 05 45 68 00 55
Email. jnchataigner@orange.fr

ACTIVITES DE CET ORGANISME

Gymnastique volontaire adulte, hommes et femmes.

GV SAINT YRIEIX SUR CHARENTE

Le Mascotte 4 rue Madeleine Augeraud - 16000 Angoulême
Tel. 06 75 52 91 81
Email. norbert.tribaudeau@orange.fr

ACTIVITES DE CET ORGANISME

Renforcement musculaire, fessiers, abdos, cours dynamiques, utilisation step...

Publics, jours et horaires, prendre contacte contacter directement le club.

GYMNASTIQUE VOLONTAIRE CHARENTE

58 rue de l'Arsenal, Maison des sports - 16000 ANGOULEME

Email. epgv.charente@laposte.net

ACTIVITES DE CET ORGANISME

Publics, jours et horaires, prendre contacte contacter directement le club.

GYMNASTIQUE VOLONTAIRE DE LINARS - GV LINARS

Mairie - 16730 LINARS
Tel. 05 45 91 14 07
Email. francine.chemin@wanadoo.fr

ACTIVITES DE CET ORGANISME

Gymnastique d'entretien corporel - 1 cours hebdomadaire, le lundi de 20 h 30 à 21 h 30, dispensé par une animatrice diplômée.

GYMNASTIQUE VOLONTAIRE SENIORS ST CYBARD

5 Chemin du Halage - 16000 ANGOULEME
Tel. 06 71 28 48 21 - Portable. 06 71 28 48 21

ACTIVITES DE CET ORGANISME

Gymnastique douce pour seniors

Jours et horaires, contacter directement le club.

JEUNESSE SPORTIVE ANGOULEME GYMNASTIQUE - JSA GYMNASTIQUE



Gymnase Mario ROUSTAN, rue Henri Barret - 16000 ANGOULEME
Tel. 05 45 38 38 56 - Portable. 0671098735
Email. jeunesse-sportive-angouleme.16@ffgym.com - Site Web.
<http://www.jsagym.fr/index.html>

ACTIVITES DE CET ORGANISME

Club de gym mixte : baby gym, éveil gymnique, école de gym, gym loisirs , gym de compétition garçons et filles.

Baby gym pour les 2 et 3 ans.

Eveil gymnique 4 et 5 ans.

Ecole de gym -garçons-filles (6 à 10 ans)

Gym Loisir (filles et garçons à partir de 11 ans)

Gym Santé

KHI DAO BALZAC / VINDELLE



Appt C56 des Balcons de Bellevue, 4, impasse des Rossignols - 16000 ANGOULÊME
Tel. 05 45 67 08 18 ou 06 88 75 43 29 - Portable. 06 88 75 43 29 ou 06 10 2
Email. VVD-TLTSP-16@hotmail.fr - Site Web.
<https://vietvodao-charente.pagesperso-orange.fr/menu/accueil.html>

Une plaquette est disponible sur le site : info-jeunesse16.com, rubrique les bonnes adresses.

ACTIVITES DE CET ORGANISME

Gymnastique d'entretien (assouplissements, musculation douce, exercices respiratoires et énergétiques, recherche de l'harmonie).

Cours pour adultes et adolescents (à partir de 15 ans) le jeudi de 18h00 à 19h00 à la salle des fêtes de Balzac (à côté de la mairie), tout près d'Angoulême.

LA GV DES AINES DE SAINT MICHEL

31 Les Hauts de Chantoiseau, Chez DESVARD M. - 16470 SAINT MICHEL
Tel. 05 45 91 60 86 - Portable. 06 35 13 16 18
Email. michelledesvard@laposte.net

ACTIVITES DE CET ORGANISME

Publics, jours et horaires, contacter directement le club.

MAISON DES JEUNES ET DE LA CULTURE CENTRE SOCIAL DE SAINT MICHEL - MJC CS



16, place du 19 mars 1962, Logis de Chantoiseau - 16470 SAINT MICHEL
Tel. 05 45 91 72 49
Email. accueil@kaleidoscope-saintmichel.fr - Site Web.
<http://www.mjcsaintmichel.centres-sociaux.fr>



Une plaquette est disponible sur le site : info-jeunesse16.com, rubrique les bonnes adresses.

ACTIVITES DE CET ORGANISME

Baby Gym (3-5 ans).

Gymnastique.

Jours et horaires, voir plaquette ci-jointe.

MAISON DES JEUNES ET DE LA CULTURE DE BARBEZIEUX - MJC



28 rue Trarieux - 16300 BARBEZIEUX SAINT HILAIRE
Tel. 05 45 78 21 86
Email. mjcdebarbezieux@wanadoo.fr - Site Web.
<http://mjcdebarbezieux.canalblog.com/>



Une plaquette est disponible sur le site : info-jeunesse16.com, rubrique les bonnes adresses.

ACTIVITES DE CET ORGANISME

Baby gym

plus d'information sur notre site internet

MAISON DES JEUNES ET DE LA CULTURE JULES BERRY - MJC

3 place Simon DUGALEIX - 16440 MOUTHIER SUR BOEME
Tel. 05 45 21 48 76
Email. mjc.julesberry@orange.fr



Une plaquette est disponible sur le site : info-jeunesse16.com, rubrique les bonnes adresses.

ACTIVITES DE CET ORGANISME

Renforcement musculaire.
Gymnastique Rythmique et Sportive.
Lieux et horaires dans le site.

MAISON DES JEUNES ET DE LA CULTURE SERGE GAINSBORG - MJC



6 place de l'Eglise - 16730 FLEAC
Tel. 05 45 91 24 39 - Fax. 05 45 91 67 69
Email. secretariat@mjcsainsbourg.com - Site Web.
<http://www.mjcsainsbourg.com>



Une plaquette est disponible sur le site : info-jeunesse16.com, rubrique les bonnes adresses.

ACTIVITES DE CET ORGANISME

RGM renforcement musculaire général
CAF cuisse abdo-fessiers
Step
Gym douce

Publics, jours et horaires, voir plaquettes ci-jointe.

MAKADAM FITNESS




128 boulevard Liédot - 16000 ANGOULEME
Tel. 05 45 90 02 31
Email. angouleme@makadam-fitness.fr - Site Web.
<http://www.makadam-fitness.fr>

ACTIVITES DE CET ORGANISME

Centre de remise en forme.
Programmes d'entraînements personnalisés, suivi individuel et séances encadrées.
Accès illimité 7 jours sur 7, de 6h à 23h non stop !
Activités de cardio training, raffermissement, renforcement musculaire, circuits training, personal training et cours collectifs.

MOUVEO

 35 impasse Félix Nadar - 16000 ANGOULEME
Tel. 05 45 25 30 58 - Portable. 0608652741
Email. mouveo.angouleme@gmail.com - Site Web. <http://www.mouveo.fr>

ACTIVITES DE CET ORGANISME

Centre aquatique.
Cours d'aquabike, aquagym, cardio, aquafitness, aquarunning, détente, aquaphobie, bébés nageurs.
Cours de natation enfants ou adultes.
Horaires d'ouverture:
- lundi au vendredi de 9h à 21h15
- Samedi de 9h à 16h45

PALLADIUM GYM

135 rue de la Loire - 16000 ANGOULEME
Tel. 05 45 90 02 02
Email. palladium16@orange.fr - Site Web. <http://www.palladiumgym.fr>

ACTIVITES DE CET ORGANISME

RPM.
Taille Abdos Fessiers.
Cuisses taille abdos fessiers.
TONE.
CXWORX
Bodypump.
Bodyattack.
Circuit training.
Stretch spécial dos.
Bodybalance.
Bodystep.
SH'BAM.
Basic step.
Bodyjam.
Strech.
Bodycombat.

SPORT ATTITUDE

Mairie - 16400 Voeuil et giget
Tel. 07 70 25 46 77

ACTIVITES DE CET ORGANISME

sreaching postural accessible à tous
gym douce entre le yoga et le pilate
souplesse tonification renforcement musculaire

TOP FORME

22 rue Guy Ragnaud - 16000 ANGOULEME
Tel. 05 45 39.79.58 - Portable. 06.66.93.50.10
Email. topforme16@gmail.com - Site Web. <http://www.topforme16.fr>

ACTIVITES DE CET ORGANISME

Fitness et musculation plus d'info sur le site.

UNIVERSITE POPULAIRE DE RUELLE SUR TOUVRE - UP RUELLE



Centre Culturel, Place du Champ de Mars - 16600 RUELLE SUR TOUVRE
Tel. 05 45 65 59 59
Email. up-ruelle@wanadoo.fr - Site Web.
<http://up-ruelle.pagesperso-orange.fr/>



Une plaquette est disponible sur le site : info-jeunesse16.com, rubrique les bonnes adresses.

ACTIVITES DE CET ORGANISME

Gymnastique d'entretien.
Gymnastique pilate.
Publics, jours et horaires voir site internet.

VITAGYM

35 boulevard des Ecasseaux - 16340 L'ISLE D'ESPAGNAC
Tel. 05 45 68 41 48 - Portable. 0783426056
Email. vitagym16@laposte.net

ACTIVITES DE CET ORGANISME

Tout public ,gym tonique et musculaire ,le lundi de 18h à19h et le jeudi de 20h15à21h15,avec 2 nouvelles animatrices en pleine forme (salle G BRASSENS) °
pour toutes informations contacter le club
Une séance gym Pilate supplémentaire le jeudi matin de 10h30 à 11h30 à la salle FCC

Ce document est le complément départemental - Charente - aux fiches nationales Actuel-CIDJ

Les fiches sont éditées par le Centre Information Jeunesse d'Angoulême avec la collaboration d'INFO16 à Cognac
Centre Information Jeunesse Angoulême - 4 rue de la Place du Champ de Mars - 16000 ANGOULEME - Tél. 05 45 37 07 30 - Fax. 05 45 37 07 31
Courriel. cijangouleme@info-jeunesse16.com - Site Internet. www.info-jeunesse16.com
INFO 16 - 53 rue d'Angoulême - 16100 COGNAC - Tél. 05 45 82 62 00 - Fax. 05 45 82 58 95
Courriel. info16cognac@wanadoo.fr - Site Internet. www.info16cognac.fr