

# Sport à la fraîche

3 juin 2025

Sport

Île Forget

La Ville vous propose, sur les îles, des activités ludiques et sportives à la fraîche ! Elles sont organisées et encadrées par des animateur·ices sportif·ives municipales.

**Gratuit / Places limitées, inscription obligatoire ci-dessous.  
Rendez-vous à la Station Nuage**

- **PILATES**  
Renforcement, respiration et concentration.  
**Mardi 15 juillet, 10 h 30**
- **ULTIMATE PARENTS/ENFANTS**  
Initiation à ce jeu et au maniement du freesby.  
**Vendredi 18 juillet, 10 h 30**
- **ABDOS FESSIERS**  
Renforcement musculaire ciblé.  
**Mardi 22 juillet, 10 h 30**
- **JEUX PRÉ-SPORTIFS PARENTS/ENFANTS**  
Des jeux collectifs et ludiques.  
**Vendredi 25 juillet, 10 h 30**
- **RELAXATION**  
Moment calme et apaisant.  
**Mardi 29 juillet, 10 h 30**
- **COURSE D'ORIENTATION PARENTS/ENFANTS**  
Découverte des îles en marchant ou en courant.  
**Vendredi 1er août, 10 h 30**
  
- **PILATES**  
Renforcement, respiration et concentration.  
**Mardi 5 août, 10 h 30**
- **RENFORCEMENT MUSCULAIRE**  
parents/enfants  
**Vendredi 8 août, 10 h 30**
- **RELAXATION**  
Moment calme et apaisant.  
**Mardi 12 août, 10 h 30**
- **RENFORCEMENT MUSCULAIRE ADULTE**  
**Mardi 19 août, 10 h 30**
- **ULTIMATE PARENTS/ENFANTS**  
Initiation à ce jeu et au maniement du freesby.  
**Vendredi 22 août, 10 h 30**

• **COURSE D'ORIENTATION PARENTS/ENFANTS**

Découverte des îles en marchant ou en courant.

**Mardi 26 août, 10 h 30**

FORMULAIRE D'INSCRIPTION (Les données personnelles demandées ici ne seront utilisées qu'en cas de changement d'horaire ou annulation afin de vous prévenir.(Nécessaire)

E-mail(Nécessaire)

Saisissez un e-mail    Confirmez l'e-mail

Téléphone(Nécessaire)

Nombre de personnes participant à l'activité(Nécessaire)

Précisez les noms et âges des personnes participantes

Activités

- Pilates (15/07)
- Ultimate parents/enfants (18/07)
- Abdos-fessiers (22/07)
- Jeux pré-sportifs parents/enfants (25/07)
- Relaxation (29/07)
- Course d'orientation parents/enfants (01/08)
- Pilates (05/08)
- Renforcement musculaire parents/enfants (08/08)
- Relaxation (12/08)
- Renforcement musculaire adulte (19/08)
- Ultimate parents/enfants (22/08)
- Course d'orientation parents/enfants (26/08)

Conformément à la loi « informatique et libertés » du 6 janvier 1978 modifiée et au Règlement européen n°2016/679/UE du 27 avril 2016, vous bénéficiez d'un droit d'accès, de rectification, de portabilité et d'effacement de vos données ou encore de limitation du traitement. Vous pouvez également, pour des motifs légitimes, vous opposer au traitement des données vous concernant. Vos données seront effacées après 1 an. Vous pouvez, sous réserve de la production d'un justificatif d'identité valide, exercer vos droits en contactant le délégué à la protection des données (dpo@saintsebastien.fr).

Ville de Saint-Saint-Sébastien-sur-Loire

BP 63329

44233 Saint-Sébastien-sur-Loire Cedex

RGPD(Nécessaire)

- J'accepte la politique de confidentialité.

Envoyer

[La Loire Cool](#)