Activités sportives pour les seniors

Les services seniors et sports proposent à tous les Magnycoises et Magnycois de 60 ans et plus des activités sportives :

La reprise de la gymnastique senior se fera le mardi 22 septembre et le vendredi 25 septembre.



- **Cours de gymnastique d'entretien**, le mardi à la salle Trait d'union et le vendredi, à la MJC Mérantaise. Dans une ambiance détendue, des cours de gymnastique dynamique, encadrés par le service des sports de la Ville, vous permettront d'entretenir, développer et stimuler vos capacités physiques. Vous travaillerez sur l'équilibre, la coordination, la mémorisation... nécessaire à votre bien-être. Inscription en mairie au bureau du service des sports à partir du 31 août 2026.

- **Cours d'aquagym**, les lundis après-midi (14h-15h et 15h-16h) et les jeudis après-midi (14h-15h), dispensé par un professionnel à la piscine intercommunale Alex Jany de Chevreuse. Un sport doux à la portée de chacun, qui permet de réaliser un entraînement très complet. L'eau qui entoure le corps permet d'amortir les mouvements, et réduit quasiment à zéro le risque de blessures. Par ailleurs, il n'est pas nécessaire de savoir nager, puisque l'aquagym se pratique dans un bassin peu profond. Inscription au Centre Social Albert Schweitzer : Le **jeudi 10 septembre de 9h30 à 12h30.**

Vous devez vous présenter, lors de votre inscription, avec :

- Une copie de l'Avis d'imposition 2026 pour les revenus 2025.
- Un certificat médical de moins de 3 mois précisant "apte à l'aquagym" ou "apte à la gymnastique".
- Le montant de votre cotisation annuelle (si paiement par chèque, le libeller à : "Régie recettes sports"):
  - Aquagym : 40,50 à 323,50 euros (tarif calculé au taux de participation)
  - Gymnastique (tarif selon l'application du quotient familial) :
    - pour un cours, de 21,66 à 167,61 euros
    - pour deux cours, de 27,08 à 209,48 euros

Infos pratiques

Vous devez vous présenter, lors de votre inscription, avec :

- Une copie de l’Avis d’imposition 2026 pour les revenus 2025.
- Un certificat médical de moins de 3 mois précisant "apte à l'aquagym" ou "apte à la gymnastique".
- Le montant de votre cotisation annuelle (si paiement par chèque, le libeller à : "Régie recettes sports"):
  - Aquagym : 40,50 à 323,50 euros (tarif calculé au taux de participation)
  - Gymnastique (tarif selon l'application du quotient familial) :
    - pour un cours, de 21,66 à 167,61 euros
    - pour deux cours, de 27,08 à 209,48 euros

Documents
Autorisation à l'image
Règlement Intérieur gym seniors 2026-2027
fiche-inscription-gym-senior-2026-2027
Liens utiles
Service des sports
Contact

Renseignements pratiques
Service des sports - Gym senior
Hôtel de Ville
Place Pierre Bérégovoy

Service des sports

Tél : 01 39 44 71 58