



# ACTIVITÉS SPORTIVES PARIS 19<sup>e</sup> J LADOUMÈGUE

	lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi	samedi	dimanche
9h							
10h							
11h	<b>Marche sportive et PPG</b> 10h30-12h Adultes	<b>Marche sportive et PPG</b> 10h30-12h Adultes			<b>Marche sportive et PPG</b> 10h30-12h Adultes	Remise en forme 10h à 13h Senior	Remise en forme 10h à 12h Senior
12h							
13h	<b>Badminton</b> 12h30-13h30 Adultes		<b>Badminton</b> 12h30-13h30 Adultes	<b>Badminton</b> 12h30-13h30 Adultes			
14h			<b>Multisports</b> Mercredi Temps scolaire <b>14h-17h</b> 7 à 17 ans & Jeunes en surpoids				
15h							
16h							
17h		<b>Tennis</b> 16h-18h Senior	<b>Badminton</b> 18h-20h Adultes		<b>Tennis</b> 15h-17h Senior	<b>Self-défense féminine</b> 14h-16h 18 ans et	Remise en forme 14h à 16h Adultes
18h						Remise en forme 18h à 20h Adultes	
19h	<b>Badminton</b> 18h-20h Adultes		<b>karaté</b> 18h-20h + 18 ans	<b>karaté</b> 18h-20h + 18 ans	<b>Badminton</b> 18h-20h Adultes	<b>Football Pratique libre</b> 17h à 20h30 Adultes	
20h			<b>Self-défense</b> 20h-21h 18 ans et				
21h							

**Centre Jules Ladoumègue**  
43 Route des Petits Ponts Paris 19  
Tél : 01 42 45 44 28

M° Hoche ou Porte de Pantin (Ligne 5)  
Tram : Delphine Seyrig

Velib' Station N° 19014, 28 rue de lorraine  
Station N° 19016, 78 rue d'Hautpoul  
Station N° 19031, 8 rue Manin



# ACTIVITÉS SPORTIVES PARIS 19<sup>e</sup>

	lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi	samedi	dimanche
8h							
9h							
10h				<b>Marche nordique</b> Parc de Buttes Chaumont 9h à 12h Senior			<b>Marche nordique</b> Parc des Buttes Chaumont 9h à 12h Senior
11h							
12h							
13h							
14h		<b>Golf</b> 14h à 17h Senior + Tandou 1 groupe Chaque heure	<b>Multisports PSV (CIS)</b> 9h-12h & 14h-17h Vacances scolaires 7-17 ans Lilas	<b>Golf</b> 14h à 17h Senior+ Tandou 1 groupe Chaque heure			<b>Sport Famille</b> Gymnase Atlas 10h à 12h Familles
15h							
16h							<b>Multisports</b> 14h à 18h  Tous public
17h		<b>Remise en forme</b> 18h à 20h Senior Lilas		<b>Remise en forme</b> 18h à 20h Senior Lilas			
18h	<b>Multisports</b> 16h à 22h						
19h							
20h	<b>Tous public</b>	<b>Multisports</b> 16h à 22h Tous public	<b>Multisports</b> 16h à 22h Tous public	<b>Multisports</b> 16h à 22h Tous public	<b>Multisports</b> 16h à 22h Tous public	<b>Multisports</b> 14h à 22h Tous public	
21h							
22h							

**Gymnase Tandou**  
13 rue Tandou 75019 PARIS  
Tél. : 01 42 03 50 57  
Metro Laumière, ligne 5  
Velib' Station N° 19014, 28 rue de Lorraine  
Station N° 19013, 8 & 1 rue petit  
Station N° 19117, 22 rue Euryale Dehaynin

**Gymnase des Lilas**  
5 rue des Lilas 75019 PARIS  
Tél. : 01 42 06 42 13  
Métro M° Place des Fêtes, ligne 7bis,11  
Velib' Station N° 19113, 27 rue du Pré Saint Gervais  
Station N° 19028, 17 rue des fêtes  
Station N° 19027, face 109 boulevard Serrurier

**Gymnase Jaurès (Parc de Buttes Chaumont)**  
87, avenue Jean Jaurès  
Tél. : 01 42 08 57 11  
Metro M° Laumière Ligne 5  
Entrée du Parc des Buttes Chaumont Place Alexis Carel (devant la mairie du 19<sup>e</sup>)

**Gymnase Atlas**  
18 rue de l'Atlas  
Tél. : 01 42 39 52 36  
Metro M° Belville ligne 11 & 2

**Gymnase Porte de Chaumont**  
22 avenue de la porte Chaumont 75019 Paris  
Tél. : 01 42 00 93 99  
Métro M° Pré Saint-Gervais, ligne 7bis  
Velib' Station N° 19035, rue Sigmund Freud  
Station N° 19105, face 1 avenue Ambroise Rendu  
Station N° 19019, 124 rue Petit