

## asbl « GEMBOUX OMNISPORT »

### Rubrique sportive hebdomadaire du 25 novembre 2020

#### asbl GEMBOUX OMNISPORT

##### Badminton

###### **Location de terrain**

Quand : le samedi de 18h30 à 20h30 et le dimanche de 09h00 à 12h00.

Où : Centre sportif de l'Orneau, 28, chaussée de Namur à Gembloux

Renseignements et réservations : [www.gemblouxomnisport.be](http://www.gemblouxomnisport.be)

##### Eveil sportif

Activité pour les enfants âgés entre 4 et 12 ans le samedi matin au complexe sportif de Chapelle-Dieu (rue Chapelle-Dieu, 48).

Objectif : Initier les enfants à la découverte d'activités sportives multiples par le jeu pour leur permettre, s'ils le souhaitent, d'intégrer un club sportif par la suite.

Répartition des enfants par groupe d'âge.

4 - 5 ans : psychomotricité (9h - 9h45)

6 - 8 ans : kids sport (10h - 10h45)

9 - 12 ans : approche multisports (11h - 12h)

Infos et inscriptions : [www.gemblouxomnisport.be](http://www.gemblouxomnisport.be)

##### Tennis de Table

Location de table

Quand : Le samedi de 18h30 à 20h30

Où : Centre sportif de l'Orneau, 28, chaussée de Namur à Gembloux

Renseignements et réservation : [www.gemblouxomnisport.be](http://www.gemblouxomnisport.be)

#### CLUBS

##### AIKIDO

###### ***Fushiryo Club Aïkido***

A partir de 12 ans (10 ans avec acceptation du professeur). 1ère leçon gratuite.

Le mercredi et le jeudi de 17h30 à 19h00 à l'Extension, au fond du parking du complexe sportif de Gembloux, rue Chapelle-Dieu.

Infos : Th. Balseau (5<sup>ème</sup> dan aikido) - 0473/730 857

##### GYMNASTIQUE

###### ***Royal Essor Gymnastique***

Envie de bouger dans une chouette ambiance ? De vous dépenser en toute décontraction dans une ambiance conviviale ? Si l'envie de pratiquer une activité physique hebdomadaire variée et adaptée à vos capacités physiques et sportives vous titille, alors ce cours de gym pour dames est fait pour vous !

**Quoi ?** Step, abdos-fessiers, swissball, exercices de renforcement musculaire, circuit cardio-training....

**Quand ?** Le lundi de 20h30 à 21h30

**Où ?** Au complexe sportif de Chapelle-Dieu, à Gembloux (rue Chapelle-Dieu 48). Au niveau -1.

Renseignements et inscriptions via : [royalessorgym@gmail.com](mailto:royalessorgym@gmail.com) ou sur [www.gymnastique.be](http://www.gymnastique.be) (pour des questions d'assurance, prévenez le club avant de faire un essai).

### **ZUMBA**

#### ***Club d'Activités Sportives (C.A.S.)***

Que vous soyez débutant ou expérimenté, vous êtes le ou la bienvenu(e), l'objectif est de s'amuser, de bouger et de se dépenser tout en faisant la fête sur des rythmes et chansons qui vous feront voyager. Alors n'hésitez pas et venez essayer.

#### **Changement d'heure et de la salle**

**Où** : dans les locaux de l'Athénée royal de Gembloux, 26 rue Docq, grande salle niveau -1.

**Quand** : lundi de 20h00 à 21h00 (cours mixtes).

A partir de 15 ans. Séance d'essai gratuite. Infos : 0474/56 86 10 ou 0476/85 55 70