

Dans un esprit de découverte, l'École Municipale des Sports permet aux enfants, aux jeunes et aux seniors de **développer leurs capacités physiques et sportives** grâce à la pratique d'un panel d'activités, durant l'année scolaire.

L'objectif de l'École Municipale des Sports est de :

- proposer des **activités sportives favorisant l'éveil et l'épanouissement**
- d'informer et d'orienter vers les associations sportives saboliennes.

Ces activités sont idéales pour les personnes qui ont envie de **pratiquer une activité sportive** mais qui ne savent pas particulièrement quel sport choisir ou qui ne souhaitent pas faire de compétition.

TARIFS

Tarifs	- de 26 ans Sablé	+ de 26 ans Sablé	- de 26 ans hors Sablé	+ de 26 ans hors Sablé
Septembre	Essais gratuits	Essais gratuits	Essais gratuits	Essais gratuits
Par trimestre *	30 €	36 €	51 €	62 €
A l'année	87 €	105 €	151 €	185 €

* Inscription par trimestre (hors vacances scolaires)

- De septembre à décembre
- De janvier à mars
- D'avril à juin

Une personne a la possibilité de s'inscrire à chaque trimestre ou à l'année.

Renseignements et inscriptions au guichet unique, Hôtel de ville et communautaire, place Raphaël Elizé, à Sablé. Tél : 02 43 62 50 15

École municipale des sports

Activités 2025/2026

Service Jeunesse et Sport



**Tu souhaites pratiquer un sport mais
tu ne sais pas lequel choisir ?**

Viens découvrir plusieurs activités tout au long
de l'année auprès de
l'École municipale des sports

SEPTEMBRE : essais gratuits



Activités*	Quand ?	Niveau	Horaires	Lieux Sablé-sur-Sarthe
Multisports	Mardi	9 à 11 ans	16h45 à 17h45	Salle psychomotricité - Ecole de Saint-Exupéry (quartier de Saint-Exupéry) - Ecole du Gai Levant (quartier Montreux)
Sport Eveil	Mercredi	5 à 8 ans	11h à 12h	Salle de gym (à côté du magasin BUT)
Sport Eveil	Mercredi	5 à 8 ans	14h à 15h	Petit gymnase Reverdy / Salle Jean-Michel Bazire
Sport Séniors +	Lundi et/ou mercredi	+ de 50 ans	10h15 à 11h15	Dojo Henri Bonnet Salle Jean-Michel Bazire
Sport Séniors	Lundi et/ou jeudi	+ de 50 ans	17h à 18h	Salle Jean-Michel Bazire
Sport Séniors	Mercredi et/ou vendredi	+ de 50 ans	9h à 10h	Salle Jean-Michel Bazire

Prévoir une tenue
adaptée à la pratique

*le nombre de places est limité

PROGRAMME						
Activités	Période	Quoi ?	Période	Quoi ?	Période	Quoi ?
Sport Eveil	Septembre à décembre	Jeux de motricité, gymnastique	Janvier à mars	Jeux d'opposition, cirque	Avril à juin	Jeux de ballons, vélos
Multisports	Septembre à décembre	Jeux d'adresse, Sports collectifs	Janvier à mars	Jeux d'opposition	Avril à juin	Activités de pleine nature
Sport Séniors	Septembre à décembre	Gym douce, renforcement musculaire	Janvier à mars	Gym douce, renforcement musculaire	Avril à juin	Gym douce, renforce- ment musculaire
Sport Séniors +	Septembre à décembre	Sport Santé Bien-Etre	Janvier à mars	Sport Santé Bien-Etre	Avril à juin	Sport Santé Bien-Etre