

Via ce lien, vous avez le choix entre près de **40 activités sportives** pour vous « sporter » la vie avec
l' **ASBL « Centre du Lac » de Neufchâteau** et ses partenaires sportifs:

<https://www.sportneufchateau.com/activit%C3%A9s-sportives-propos%C3%A9es/>

Salles en location

↳ *tarif sur notre site*

- **Espace Polyvalent** (badminton, volley ...)
- **Espace Multisports** (escrime, danse ...)
- **Espace Dojo** (ju-jitsu, fitness ...)
- **Espace Bien-être** (yoga, relaxation ...)
- **Espace Psychomoteur** (annif...)
- **Espace Convivial** (petite salle de réunion)

Notre section « fitness »

ABDOS/FESSIERS

Les lundis de 18 à 19h00

STEP

Les lundis à 19h00 à 20h00

Inscriptions & Infos :

Céline 0494/58.45.12

Notre section « nature »

MARCHE NORDIQUE: 061/27.88.03

Cycles d'apprentissage, randonnées,
séances de perfectionnement ...

Avec votre super coach Manu ☺

Nos clubs sportifs

- **Ateliers « RESSSENTIR »** : 0478/83.02.59
Les jeudis de 9 à 10h00
- **Ateliers « Chiball™ »** : 0478/83.02.59
Les mardis à 20h00
- **Organisation d'anniversaires :**
Séverine POUSSÉUR 0496/24.90.16
- **BABYDANCE, BABYSPORTS, BABYPSYCHO :**
Tous au Sport 0496/24.90.16
- **BADMINTON Club** : 0498/60.75.56
Les lundis, mercredis, jeudis et vendredis
- **BODYGIRLY** : 0471/55.69.52
Les mercredis à 20h00
- **BODY SHOCK** : 0498/22.24.57
Les lundis 20h, mardis 18h, mercredis soir,
vendredis 9h00 et 19h00 et dimanches matin
- **BREAK DANCE** : organisé par le Centre Culturel
de Neufchâteau 061/27.86.98
Les mardis 17-20h00
- **CARDIO FAT ATTACK** : 0493/56.50.32
Les jeudis à 20h00
- **DANSE CLASSIQUE ET MODERNE**: 061/61.22.44
Académie de Musique de St Hubert
Cours les samedis 10h30 – 18h00
- **DANSE HIP-HOP** : 0493/56.50.32
Les mardis de 19 à 20h00 (+18 ans)
- **DANSE ORIENTALE**: 0477/89.77.05
Les mercredis de 19 à 20h00
- **DANSE RYTHMIQUE**: 061/27.50.88
Les mercredis de 13h30 à 15h15 (2,5 - 5ans)
- **ESCRIME (CEN ASBL)** : 0473/92.60.32
Les lundis et jeudis soir
- **ESCRIME (CEN ASBL)** : 0473/92.60.32
Psychomotricité vendredis 18 et 19h00
- **EVEIL MUSICAL**: 0485/05.10.57
- **JU-JUTSU** : 0499/80.68.25
Les vendredis 17 – 21h00
- **KARATE J.K.A.** : 0495/74.37.51
Les mardis à 20h00 et jeudis 18-20h00
- **LOONA DANCE**: 0492/76.68.66
1 vendredi/mois de 20 à 22h00
- **MULTISPORTS parents/enfants**:
0496/24.90.16
- **PILATES**: 0483/42.39.65
Les mercredis de 18 à 19h00
- **Renf. Muscu. Global**: 0485/47.76.34
Les lundis et jeudis 18 à 19h00
- **ROLLER DANCE, ROLLER IN LINE, box-skat-trottinette freestyl**: 0496/24.90.16
Les jeudis 17h00 et vendredis 18h00
- **SOPHROLOGIE** : 0495/21.20.44
- **SPORT ACADEMIE ASBL** : 0491/90.01.47
Les dimanches de 10 à 12h00
- **TENNIS DE TABLE** : 0497/43.60.71
Les mardis de 18 à 21h00
- **VINYASA FLOW (yoga)** : 0472/81.08.56
Les jeudis de 20 à 21h30
- **VOLLEY « La Vierre »** : 0494/25.06.63
Entraînements mardis et vendredis
Matches les samedis
- **YOGA**: 0467/ 149 004
Yoga Elements ASBL
Les lundis 8h45 et 19h00 et mercredis 20h00
- **ZUMBA GOLD**: 0498/39.89.96
Les vendredis de 17 à 18h00

Plus d'infos sur notre site internet
www.sportneufchateau.com

Comme vous pouvez le constater, il y a encore des nouveautés au menu et chaque participant peut trouver « chaussure à son pied » suivant ses envies.



SECTION FITNESS

ASBL
CENTRE DU LAC
NEUFCHÂTEAU

A l'ASBL «Centre du Lac» - espace DOJO

les LUNDIS: STEP à 18h et ABDOS/ FESSIERS à 19h
Monitrice diplômée en éducation physique
Infos supplémentaires et inscription: Céline au 0494/584512

ASBL
CENTRE DU LAC
NEUFCHÂTEAU

FÉDÉRATION
WALLONIE-BRUXELLES

Concernant notre piscine et les activités aquatiques, notre bassin et les sanitaires vont être rénovés. Le bassin sera donc inaccessible pendant un an pour la bonne cause.

N' hésitez pas à contacter les responsables des activités pour de plus amples renseignements.

Belle rentrée et à bien vite en forme

Pour l' ASBL "Centre du Lac"

Coachmanu

Coordinateur sportif

061/27.88.03

www.sportneufchateau.com

pour se désinscrire: unsubscribe@centredulac.be