

# PRÉ-INSCRIPTION

2026

NOM :

Prénom :

Date de naissance :

Téléphone :

Mail :

Adresse :

Je souhaite recevoir le dossier complet  
d'inscription et le règlement intérieur

- Par mail
- Par courrier

à retourner à :

[sport2@reolaisensudgironde.fr](mailto:sport2@reolaisensudgironde.fr)

ou

Communauté de Communes  
du Réolais en Sud-Gironde,  
1 rue Rosa Bonheur 33190 LA RÉOLE



## CONTACTS UTILES

### SERVICES DES SPORTS

#### Guillaume TOULLIOU

Educateur sportif du T.L.M.S  
Formée aux Activités Physiques Adaptées  
[sport2@reolaisensudgironde.fr](mailto:sport2@reolaisensudgironde.fr)  
06 17 35 41 77

#### Emmanuelle PES

Responsable du Service des Sports  
Educatrice sportive  
Formée aux Activités Physiques Adaptées  
[sport@reolaisensudgironde.fr](mailto:sport@reolaisensudgironde.fr)  
06 23 80 20 78



Communauté de Communes

Réolais en Sud-Gironde  
1 rue Rosa Bonheur, 33190 LA REOLE  
05 55 71 71 55  
[www.reolaisensudgironde.fr](http://www.reolaisensudgironde.fr)



Le service des Sports présente  
2026

## TEMPS LIBRE MULTISPORTS ADULTE

Une offre sportive de la Communauté  
de Communes du Réolais  
en Sud-Gironde pour adultes

OUVERT À TOUS  
GRATUIT



# LE T.L.M.S C'EST QUOI ?

## 2 Créneaux

Mardi de 10h à 11h30

Jeudi de 10h à 11h30

aux choix (hors vacances scolaires)

## 5 à 7 Séances

d'une même activité

## 1 Educateur sportif diplômé

de la Communauté de Communes  
ou d'une association sportive du territoire

Inscription sur tout le cycle  
Possibilité de s'inscrire sur les deux créneaux de la  
semaine et sur plusieurs cycles



## ET AUSSI... LE SPORT SUR ORDONNANCE

LE DISPOSITIF  
T.L.M.S.  
EST RÉFÉRENCE



Votre médecin vous a prescrit une  
activité physique et sportive ?  
Nous vous offrons un accueil et un  
suivi personnalisé.

Convivialité  
Santé  
Rencontre  
être Loisir plaisir Sport Bouger  
**Sport** bien-être  
Bien Plaisir Activités

Un problème de mobilité pour vous  
rendre au T.L.M.S. ?  
Pensez à Sud Gironde Mobilité  
Infos 05.55.71.71.55

\*Cocher les activités souhaitées

2026

06/01 au 06/02

Mardi de 10h à 11h30  Jeudi de 10h à 11h30  
**Gym Douce**  **Renforcement musculaire**  
Salle des fêtes  
Puybarban  
Salle des fêtes Morizès

24/02 au 03/04

Mardi de 10h à 11h30  Jeudi de 10h à 11h30  
**Padel tennis**  **Atelier ASEPT\* Form'bien être**  
Frenchy Padel  
La Réole  
Salle des fêtes Hure  
\*Atelier réservé au +55 ans

21/04 au 28/05

Mardi de 10h à 11h30  Jeudi de 10h à 11h30  
**Marche Nordique**  **Gym extérieur**  
Stade  
Gironde-sur-Dropt  
City stade  
Saint-Martin-de-Sescas

Cet été, des créneaux TLMS sur CAP33 !

09/09 au 15/10

Mardi de 10h à 11h30  Jeudi de 10h à 11h30  
**Forme et Equilibre**  **Stretching**  
Salle des fêtes  
Les Esseintes  
Pôle Sportif  
Auros

02/11 au 18/12

Mardi de 10h à 11h30  Jeudi de 10h à 11h30  
**Escrime**  **Renfo cardio**  
Salle des fêtes  
Loupiac de La Réole  
Salle des fêtes  
Lamothe-Landerron