

# COMMUNIQUÉ DE PRESSE

## TEMPS LIBRE MULTISPORTS ADULTE

### UNE OFFRE SPORTIVE GRATUITE ET À LA CARTE - LE PROGRAMME 2026



Le Sport Santé est un axe majeur de la politique sportive de la CdC. En plus de travailler au quotidien avec les associations sportives du territoire qui proposent une offre diversifiée, le service des sports propose une offre complémentaire, en journée et mobile sur le territoire : le Temps Libre Multisports Adulte, gratuit et à la carte, pour encourager les adultes à reprendre ou découvrir des activités physiques.

#### LE PROGRAMME :

- Du 6 janvier au 6 février :  
Mardis : GYM DOUCE à Puybarban  
Jeudis : RENFORCEMENT MUSCULAIRE à Morizès
- Du 24 février au 3 avril :  
Mardis : PADEL TENNIS à La Réole  
Jeudis : FORM'BIEN ÊTRE - atelier ASEPT à Hure
- Du 21 avril au 28 mai :  
Mardis : MARCHE NORDIQUE à Gironde sur Dropt  
Jeudis : GYM EXTERIEUR à Saint-Martin de Sescas
- Du 9 septembre au 15 octobre :  
Mardis : FORME ET EQUILIBRE aux Esseintes  
Jeudis : STRETCHING à Auros
- Du 2 novembre au 18 décembre :  
Mardis : ESCRIME à Loupiac de La Réole  
Jeudis : RENFORCEMENT CARDIO à lamothe Landerron



#### ET AUSSI... LE SPORT SUR ORDONNANCE



Ce dispositif référencé PEP'S (Prescription d'Exercices Physiques pour la Santé). **Votre médecin vous a prescrit une activité physique et sportive ? Nous vous offrons un accueil et un suivi personnalisé.**

#### 2 Créneaux au choix

Mardi de 10h à 11h30  
Jeudi de 10h à 11h30

#### 5 à 7 Séances d'une même activité



#### 1 éducateur sportif diplômé à votre écoute



DÉCOUVREZ  
LA PLAQUETTE

CLIQUEZ  
ICI



Plus d'informations sur :  
[www.reolaisensudgironde.fr](http://www.reolaisensudgironde.fr) ou  Sportenreolais

**CONTACT  
PRESSE**

Service des Sports - Emmanuelle PES  
[sport@reolaisensudgironde.fr](mailto:sport@reolaisensudgironde.fr) • 06 23 80 20 78