

Découvrez le Sport adulte permet de tester gratuitement jusqu'à 5 disciplines en intégrant un groupe existant sur deux séances consécutives au sein d'une association.

Rendez-vous dès le 26 octobre à partir de 9 heures pour vous inscrire* !

COMMENT VOUS INSCRIRE ?

- Sur **hariane.fr** c'est simple, il suffit de vous laisser guider.

Dès aujourd'hui, en 3 minutes, créez ou mettez à jour votre compte sur **hariane.fr** en renseignant vos coordonnées. Un agent traitera votre inscription sous 48 h (ouvrées).

Dès le 26 octobre, à partir de 9 heures, vous serez ainsi prêt à vous inscrire aux activités choisies.

* Inscriptions dans la limite des places disponibles



Pour ma forme, je pratique 30 minutes d'activité physique ou sportive par jour

RENSEIGNEMENTS
lehavreenforme.fr

02 35 19 45 45

du lundi au vendredi de 8 h à 17 h
(aucune inscription ne sera prise par téléphone)

lehavre.fr



LH & Vous
Téléchargez l'application !


leHavre



DÉCOUVREZ
LE SPORT
ADULTES

DU 8 NOVEMBRE AU 19 DÉCEMBRE 2021



INSCRIPTIONS :
du 26 octobre (à partir de 9 h) au 3 décembre
Sur **hariane.fr**

Programme complet sur lehavreenforme.fr


leHavre

ACTIVITÉS SPORTIVES GRATUITES POUR ADULTES

Choisissez jusqu'à 5 disciplines, testez-les pendant 2 semaines, et adhérez si vous souhaitez continuer !

DISCIPLINES	LIEUX	JOURS/HORAIRES	NB DE PLACES
AVIRON Société Havraise de l'Aviron	Base Nautique Canal de Tancarville – Pont VIII (Gonfreville l'Orcher) 06 30 06 53 22	13 et 20 novembre 9 h à 11 h	8
BASKETBALL Union Sportive Sainte-Marie Basketball	Gymnase André Saussaye 84 rue Massillon 06 31 21 75 06	13 et 20 novembre 04 et 11 décembre 10 h à 12 h	10
BILLARD FRANÇAIS Club Ecole Havrais de Billard	76 rue des Briquetiers 06 03 59 72 38	10 et 18 novembre 25 novembre et 2 décembre 9 et 16 décembre 18 h à 20 h	6
DANSE SUR GLACE Club de Danse sur glace du Havre	Patinoire du Havre 106 rue Louis Blanc 06 81 24 49 78	12 et 19 novembre 26 novembre et 3 décembre 10 et 17 décembre 19 h 30 à 20 h 45	10
FITNESS L'Atelier Fitness de Fanny	20 rue Jules Lecesne 06 15 42 27 00	9 et 16 novembre 23 et 30 novembre 7 et 14 décembre 17 h à 17 h 30 20 h à 20 h 30	2
GYMNASTIQUE DOUCE Union Sportive des Tréfileries	Gymnase Marcel Royer Rue Charles Porta 06 72 74 65 31	18 et 25 novembre 2 et 9 décembre 15 h 30 à 16 h 30 19 et 26 novembre 3 et 10 décembre 19 h 15 à 20 h 15	12
GYMNASTIQUE DOUCE Union Havraise de Gymnastique	Gymnase Emile Lejard Rue René Brunel 06 89 13 89 33	10 et 17 novembre 24 novembre et 1^{er} décembre 8 et 15 décembre 19 h à 20 h	10
HANDBALL HAC Handball	Gymnase Edouard Vaillant Rue Edouard Vaillant 06 66 57 02 41	18 et 25 novembre 2 et 9 décembre 19 h 30 à 21 h 30	10
KARATÉ Union Sportive des Tréfileries, section arts martiaux	Gymnase Marcel Royer Rue Charles Porta 06 98 26 31 71	18 et 25 novembre 2 et 9 décembre 18 h à 19 h 30 23 et 30 novembre 18 h 30 à 20 h	8
KARATÉ Shotokan Karaté Club	Shotokan Karaté Club 73 rue Franklin 06 47 97 85 87	12 et 19 novembre 17 et 24 novembre 18 h à 20 h	15
KRAV MAGA Okinawa	Okinawa Karaté Club 6 rue du Général Sarrail 06 87 26 35 55	12 et 19 novembre 26 novembre et 3 décembre 10 et 17 décembre 12 h 15 à 13 h 15	10

DISCIPLINES	LIEUX	JOURS/HORAIRES	NB DE PLACES
LUTTE Club de Lutte Havrais	Gymnase du Bois-de-Bléville 65 rue des Ponts 06 63 21 79 75	8 et 15 novembre 22 et 29 novembre 6 et 13 décembre 18 h à 20 h	12
REMISE EN FORME Association Sportive des Cheminots Havrais Athlétisme	Salle du Polygone 60 rue de Valmy 06 83 96 02 75	9 et 16 novembre 23 et 30 novembre 7 et 14 décembre 17 h 30 à 18 h 30 18 h 30 à 19 h 30	10
ROLLER Le Havre Skate Krew	Gymnase du Bois-de-Bléville 65 rue des Ponts 06 29 70 94 25	9 et 16 novembre 23 et 30 novembre 07 et 14 décembre 20 h à 22 h	5
TENNIS DE TABLE Association Tennis de Table du Havre	Gymnase Descartes 29 rue Arquis 07 50 52 05 66	8 et 15 novembre 18 h 30 à 20 h 30 10 et 17 novembre 24 novembre et 1^{er} décembre 17 h 30 à 19 h 30	10
TENNIS DE TABLE Plateau Havrais de Tennis de Table	Gymnase Kergomard 33 rue Pauline Kergomard 02 35 44 23 83	8 et 15 novembre 22 et 29 novembre 6 et 13 décembre 18 h à 20 h	6
VÉLO La Roue Libre	Pôle PHaMA Ancien camping de la forêt de Montgeon (entrée Nord, côté crematorium) 09 84 11 52 95	10 et 17 novembre 24 novembre et 1^{er} décembre 8 et 15 décembre 10 h à 12 h	8

La tenue de sport est obligatoire.

L'accès aux activités est soumis à la présentation d'un passe sanitaire valide.

PRÉCAUTIONS COVID-19

Chacune de nos activités est organisée dans le respect des règles sanitaires en vigueur.

Rappel des gestes barrières :

- Lavez-vous très régulièrement les mains
- Toussiez ou éternuez dans votre coude ou dans un mouchoir
- Utilisez un mouchoir à usage unique et jetez-le
- Saluez sans contact (ne vous serrez pas la main, ne vous embrassez pas)
- Respectez une distance de sécurité d'au moins 1 mètre

Le nombre de places par activité est susceptible d'évoluer selon la situation sanitaire et les préconisations gouvernementales.