

Meaux-les-Bains

Édition 2026

SPORT À LA PLAGE DE MEAUX



Découvrez le programme sportif
13 juillet - 21 août de 9h30 à 10h45

Renseignements et inscriptions
Direction des sports
01 83 69 01 40
direction.sports@meaux.fr



ESPACE BAIGNADE



DU LUNDI 13 JUILLET

AU VENDREDI 21 AOÛT

LUNDI

Renforcement musculaire
(circuit training, CAF)
De 9h30 à 10h45

MARDI

Activités artistiques
(fitness musical, multi-danse)
De 9h30 à 10h45

MERCREDI

Avec le club canoë-kayak - de 9h15 à 10h45

Le 15 juillet
*Initiation kayak**

Le 22 juillet
*Paddle**

Le 29 juillet
*Randonnée kayak**

Le 5 août
*Pilate paddle**

Le 12 août
*Initiation kayak**

Le 19 août
*Yoga Paddle**

JEUDI

Activités cardio fit
(Tabata, Hit, cardio training)
De 9h30 à 10h45

VENDREDI

Activités douces
(Relaxation, stretching, pilates,
tai-chi) De 9h30 à 10h45

** Sur inscriptions et réservations*



JEUDI

Activité Paracanoë* à partir de 12 ans
pour les personnes en situation de handicap
De 8h45 à 10h45