

PÉRIGUEUX
capitale du
PÉRIGORD

SENIORS en FORME



**DES ACTIVITÉS SPORTIVES ET LUDIQUES POUR
LES PLUS DE 55 ANS PROPOSÉES PAR LA VILLE
DE PÉRIGUEUX, TOUTE L'ANNÉE !**

perigueux.fr

Les activités

LUNDI	10 h / 11 h	gymnastique	<i>Filature de l'Isle</i>
	10 h 30 / 11 h 30	gymnastique	<i>Salle omnisports du Toulon</i>
	14 h / 16 h	danse en ligne	<i>Maison de quartier Saint-Georges</i>
MARDI	9 h / 10 h	danse en ligne (débutants)	<i>Filature de l'Isle</i>
	9 h / 10 h	gymnastique	<i>Salle omnisports du Toulon</i>
	10 h / 11 h	danse en ligne (intermédiaires)	<i>Salle omnisports du Toulon</i>
	10 h / 11 h	gymnastique	<i>Filature de l'Isle</i>
	11 h / 12 h	danse en ligne (confirmés)	<i>Filature de l'Isle</i>
MERCREDI	9 h / 10 h 30	barre à terre	<i>EVS le Clos 60 (Clos-Chassaing)</i>
	11 h / 13 h	barre à terre	<i>Filature de l'Isle</i>
JEUDI	9 h / 10 h	danse de salon (débutants)	<i>Filature de l'Isle</i>
	10 h / 11 h	danse de salon (débutants - intermédiaires)	<i>Filature de l'Isle</i>
	10 h 30 / 11 h 30	gymnastique	<i>Salle omnisports du Toulon</i>
	14 h / 15 h	danse de salon (intermédiaires - confirmés)	<i>Filature de l'Isle</i>
	15 h / 16 h	danse de salon (confirmés)	<i>Filature de l'Isle</i>
VENDREDI	9 h / 11 h	randonnée	<i>Filature de l'Isle</i>
	9 h / 10 h	danse en ligne (intermédiaires)	<i>Filature de l'Isle</i>
	10 h / 11 h	danse en ligne (confirmés)	<i>Filature de l'Isle</i>
	10 h 30 / 11 h 30	badminton	<i>Gymnase Saint-Georges</i>

SENIORS en FORME

Dispositif proposé par la Ville de Périgueux pour les personnes âgées de plus de 55 ans.

Une activité physique régulière permet de lutter contre la sédentarité, prévenir les troubles respiratoires, prendre soin de son cœur, préserver la mobilité des articulations, entretenir la souplesse, maintenir la force et protéger le corps dans la vie quotidienne.

Les séances sont organisées tout au long de l'année scolaire (de septembre à juin, excepté les petites vacances).

Les personnes peuvent participer à 1, 2 ou 3 séances et plus (sous réserve des disponibilités) du lundi au vendredi, parmi les activités listées ci-contre. Toutes ces activités sont encadrées par des éducateurs sportifs diplômés.

	Nombre d'activités par semaine	POUR 1 TRIMESTRE		POUR 1 AN	
		Personne seule	Couple	Personne seule	Couple
Habitants de Périgueux	1	6 €	10 €	16 €	28 €
	2	12 €	20 €	32 €	56 €
	3 et plus	30 €	52 €	80 €	140 €
Habitants hors Périgueux	1	9 €	15 €	24 €	42 €
	2	18 €	31 €	48 €	84 €
	3 et plus	45 €	78 €	120 €	210 €

PIÈCES À FOURNIR : justificatif de domicile, attestation
d'assurance responsabilité civile et certificat médical
postérieur au 1^{er} juillet 2025.

RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS : Service des Sports
Filature de l'Isle - 15 chemin des Feutres du Toulon
Tél. 05 53 53 20 23 | sport@perigueux.fr



Photos : Freepik - avec l'intelligence artificielle. Réalisation : Ville de Périgueux, service Communication, juillet 2025.

PÉRIGUEUX
capitale du
PÉRIGORD

Ville de Périgueux | Service des Sports
Filature de l'Isle - 15 chemin des Feutres du Toulon
Tél. 05 53 53 20 23 | sport@perigueux.fr