

LA REMISE EN FORME*

Matériel fourni

Lundi

- **Remise en forme 10h30-12h**
📍 Complexe sportif

Mardi

- **Pilates 14h45-15h45** 📍 Dojo de Montalivet
Prévoir Swiss Ball

Mercredi

- **Pilates 16h30-17h30** 📍 Salle de danse de Vendays
Sur réservation uniquement
- **Total Body 17h30-18h30**
📍 Salle de danse de Vendays sur réservation uniquement

Samedi

- **Pilates 10h-11h** 📍 Dojo de Montalivet
- **Stretching 11h-12h** 📍 Dojo de Montalivet

Dimanche

- **Renforcement musculaire 10h-11h**
📍 Complexe sportif
- **Zumba 11h-12h** 📍 Complexe sportif

*Ce programme de remise en forme est effectif du 1er septembre 2024 au 30 juin 2025

MONTA SPORTS À LA DEMANDE

08H00 À 20H00

Gratuit sur réservation
Matériel fourni



Badminton



Tennis



Tennis de Table

Envie de pratiquer ?
Appelez-nous !

JOUER AU PADEL TENNIS* À VENDAYS-MONTALIVET ?

2 terrains de Padel Tennis sont proposés par la Ville de Vendays-Montalivet. Pour y accéder ? Il suffit de contacter l'équipe Monta Sports par téléphone au 06 81 66 36 07 et de réserver un créneau de 1h30.

La pratique est **GRATUITE** et le matériel est fourni.

*Fonctionnement identique pour les 2 terrains de tennis

ACCUEIL & RÉSERVATIONS

de 08H00 À 20H00



MONTA _ SPORTS



MONTA _ SPORTS



06 81 66 36 07

Tous les pratiquants doivent souscrire à une assurance de responsabilité civile



De 08h à 20h



Activités gratuites

DU 01 AU 30 JUIN 2025

PORTES OUVERTES TOUS LES JOURS

Matériel fourni

15H - 18H30
PLAGE NORD



Beach-Volley



Beach-Tennis



Slackline



Spikeball

COMPLEXE SPORTIF
WEEK-ENDS ET
JOURS FÉRIÉS
15H - 17H

Baby-Éveil Tous les mercredis de 9h30 à 10h30

De 10 mois à 3 ans  Dojo de Montalivet



MONTA SPORTS À LA DEMANDE

08H00 À 20H00

Gratuit sur réservation
Matériel fourni



Badminton



Tennis



Tennis de Table

Envie de pratiquer ?
Appelez-nous !

JOUER AU PADEL TENNIS* À VENDAYS-MONTALIVET ?

2 terrains de Padel Tennis sont proposés par la Ville de Vendays-Montalivet. Pour y accéder ? Il suffit de contacter l'équipe Monta Sports par téléphone au 06 81 66 36 07 et de réserver un créneau de 1h30.

La pratique est **GRATUITE** et le matériel est fourni.

*Fonctionnement identique pour les 2 terrains de tennis

ACCUEIL & RÉSERVATIONS

de 08H00 À 20H00



MONTA _ SPORTS



MONTA _ SPORTS



06 81 66 36 07

Tous les pratiquants doivent souscrire à une assurance de responsabilité civile



De 08h à 20h

