

PORTES OUVERTES LES WEEK-ENDS

Matériel fourni

15H - 18H30
PLAGE NORD



Beach-Volley



Beach-Tennis



Slackline



Spikeball

**MONTA SPORTS
À LA DEMANDE**

7jrs/7 10H À 18H

**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



MONTA_SPORTS



MONTA_SPORTS



06 81 66 36 07

Tous les pratiquants doivent souscrire à une assurance de responsabilité civile



De 10h à 18h



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
- **Cardio** 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

7jrs/7 10H À 18H

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

📱 MONTA_SPORTS
📷 MONTA_SPORTS
☎ 06 81 66 36 07

Tous les pratiquants doivent souscrire à une assurance de responsabilité civile



De 10h à 18h

