

Le CDOS 32 relance ses séances de Sport Santé



Le CDOS 32 relance ses séances de Sport Santé

À l'approche de la rentrée, le Comité Départemental Olympique et Sportif du Gers (CDOS 32) relance ses séances de Sport Santé à la Maison Sport Santé d'Auch, située au 771 route de Pessan. La nouveauté de l'année 2026 est le déploiement de cette action également à Fleurance, à la Halle Eloi Castaing. Face aux enjeux actuels de santé publique, cette initiative propose un accompagnement sur-mesure pour permettre à chaque personne de reprendre une activité physique adaptée en toute sécurité (à destination des personnes sédentaires, à pathologies, en ALD...).

Le CDOS 32 construit avec ses partenaires des parcours santé personnalisés. Encadrées par des professionnels, les séances intègrent des activités adaptées comme de la remise en forme, du renforcement musculaire, un travail de l'équilibre, du stretching et de la marche, complétées par des tests physiques et des conseils santé réguliers.

Afin de faire découvrir le programme, **les deux premières séances de la rentrée sont totalement gratuites**. Elles auront lieu le mardi 15 septembre de 16h00 à 17h00 et le jeudi 24 septembre de 17h30 à 18h30 à Auch. Mais également le mardi 10 septembre de 17h00 à 18h00 et le jeudi 22 septembre de 15h30 à 16h30 à Fleurance.

Par la suite, le rythme sera de deux cours par mois sur ces mêmes créneaux. Le tarif est fixé à 10 € par personne et par séance personnalisée, avec une possibilité d'ajustement selon la situation de chacun afin de rester accessible à tous.

Auch dates des séances à la Maison des Sports & Maison Sport Santé Chemin de Villeneuve 771 route de Pessan 32 000 Auch

Mardi 15 et jeudi 24 septembre 2026, mardi 6 et jeudi 22 octobre 2026, mardi 3 et Jeudi 19 novembre 2026, mardi 1 et jeudi 17 décembre 2026, mardi 12 et Jeudi 28 janvier 2027, mardi 9 et jeudi 25 février 2027, mardi 9 et Jeudi 25 mars 2027, mardi 6 et Jeudi 22 avril 2027, mardi 4 et jeudi 21 mai 2027, mardi 8 & Jeudi 24 juin 2027.

Fleurance date des séances à la Halle Eloi Castaing 32500 Fleurance

Jeudi 10 et mardi 22 septembre 2026, mardi 6 et mardi 13 octobre 2026, jeudi 5 et mardi 17 novembre 2026, jeudi 10 et 15 décembre 2026, mardi et jeudi janvier 2027, mardi et jeudi février 2027, Mardi et jeudi mars 2027, mardi et jeudi avril 2027, mardi et jeudi mai 2027, mardi et jeudi juin 2027.

Plus de renseignements :

10€ / Pers / séance personnalisée (tarif ajustable en fonction de la situation) groupe 2 à 6 personnes.

Tél : 06.20.99.36.74. gers@franceolympique.com, www.cdos32.fr