

Au cours des 15 dernières années, Wanze s'est dotée d'infrastructures sportives de qualité.

L'ASBL Vive le sport, centre sportif local reconnu par la Fédération Wallonie-Bruxelles, développe un programme d'activités et d'animations sportives pour l'ensemble de la population. L'ASBL soutient également les initiatives des clubs sportifs locaux pour favoriser la pratique d'une activité sportive à tout âge.

Les organisateurs - Contacts

| Club | Responsable | Téléphone |
|----------------------------|------------------|---------------|
| Aquabic Wanze | M. Jonet | 0477 68 67 22 |
| Club Pétanque B30 | B. Clemmens | 0496 49 41 50 |
| Les Longs Pieds Antheitois | J. Rennoir | 085 21 79 63 |
| Les Spirous | R. Cloux | 0494 23 32 96 |
| Les Spiteux | B. Kockelmans | 0484 26 73 77 |
| Net Volley Sports Seniors | M.-L. Delcourt | 085 21 68 36 |
| PC Val de Mehaigne B41 | B. Mignolet | 0474 17 39 10 |
| Rester en forme | O. Henry | 0486 80 67 64 |
| Val de Mehaigne Natation | M.-M. Geradin | 085 23 19 77 |
| Vive le sport | J.-M. Graindorge | 0496 16 12 87 |

La brochure «Sports et loisirs» reprenant toutes les informations détaillées est disponible à la Maison communale et téléchargeable sur www.wanze.be



Centre sportif local
Tél : 085 25 16 92
www.vivelesport.be



Service communal des sports
Tél : 085 23 17 21
www.wanze.be

Le sport pour les 50 ans et + à Wanze

L'offre sportive à l'intention des seniors à Wanze est une préoccupation du Collège communal.

Vous êtes toujours plus nombreux et pour la plupart encore en très bonne santé. Il n'est plus à démontrer l'importance d'une pratique sportive quotidienne. La marche, le vélo, la natation sont autant d'activités aux vertus positives pour la santé. Démocratiques, elles se pratiquent généralement librement. A côté de ces activités de base, se développent des disciplines plus spécifiques, encadrées, qui permettent non seulement la pratique sportive, mais aussi les rencontres et le travail plus ciblé des aptitudes motrices à ne pas perdre au cours des années.

Bonne lecture et n'hésitez pas à vous lancer...

Il n'y a pas d'âge pour bouger!

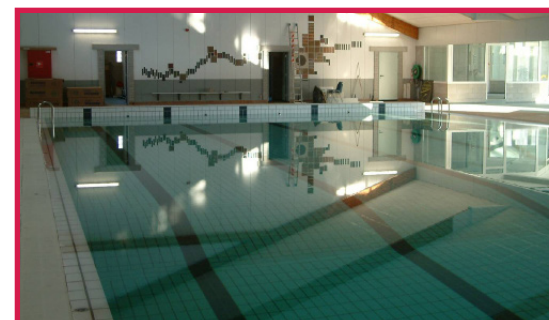


Pour vous, avec vous

| Horaire | | Activités | Organisateurs |
|----------|------------------|---|----------------------------|
| Lundi | 15h30 - 17h00 | Net volley | Net Volley Sports Seniors |
| | 18h30 - 19h45 | Yoga et relaxation | Les Spiteux |
| | 20h00 - 21h00 | Natation | Val de Mehaigne Natation |
| | 20h15 - 21h30 | Cardio - Abdos - Stretching (dames) | Les Spiteux |
| Mardi | 09h00 - 12h00 | Balade à vélo électrique | Vive le sport - GAL |
| | 16h00 - 17h00 | Gymnastique seniors | Les Spirous |
| | 20h30 - 21h30 | Aquagym | Aquabic Wanze |
| Mercredi | 08h45 - 09h30 | Aquagym | Vive le sport |
| | 09h00 - 12h00 | Balade à vélo électrique | Vive le sport - GAL |
| | 14h00 - 18h00 | Pétanque | PC Val de Mehaigne B41 |
| | 16h00 - 20h30 | Pétanque | Club pétanque B30 |
| | 20h00 - 21h00 | Hall Fit Zen | Vive le sport |
| | 20h15 - 21h30 | Cardio - Valorisation musculaire - Stretching - Jogging (messieurs) | Les Spiteux |
| Jeudi | 20h30 - 21h30 | Aquagym | Aquabic Wanze |
| | 14h45 - 15h30 | Aquagym | Vive le sport |
| Vendredi | 20h00 - 21h00 | Natation | Val de Mehaigne Natation |
| | 15h30 - 17h00 | Net Volley | Net Volley Sports Seniors |
| | 16h00 - 20h30 | Pétanque | Club Pétanque B30 |
| | 18h30 - 20h00 | Yoga | Vive le sport |
| Samedi | 20h00 - 23h00 | Pétanque | PC Val de Mehaigne B41 |
| | Selon calendrier | Activité de marche | Les Longs Pieds Antheitois |
| Dimanche | Selon calendrier | Marches ADEPS | ADEPS |
| | Selon calendrier | Activité de marche | Les Longs Pieds Antheitois |
| Dimanche | Selon calendrier | Marches ADEPS | ADEPS |

Piscine communale - Horaire

| | |
|----------|---------------|
| Lundi | 08h00 - 18h00 |
| Mardi | 08h00 - 18h30 |
| Mercredi | 07h30 - 18h30 |
| Jeudi | 08h00 - 18h00 |
| Vendredi | 08h00 - 21h00 |
| Samedi | 08h30 - 18h00 |
| Dimanche | 08h00 - 13h30 |



Hall fitness - Horaire

| | |
|----------|---------------|
| Lundi | 09h00 - 12h00 |
| | 15h30 - 21h00 |
| Mardi | 10h30 - 13h30 |
| | 15h30 - 21h00 |
| Mercredi | 14h00 - 21h00 |
| Jeudi | 15h30 - 21h00 |
| | 09h00 - 12h00 |
| Vendredi | 15h30 - 21h00 |
| | 09h00 - 13h00 |
| Dimanche | 09h00 - 12h30 |



Mais aussi ...

- **Marches ADEPS** : tous les dimanches (5-10-15-20 km) - www.adeps.be
«Je cours pour ma forme» à Wanze : le mercredi de 19h00 à 20h00 - Cycle de 12 séances - 35€
- **Badminton - Etirements - Gymnastique douce** : séances organisées en journée au hall omnisports par le club Rester en forme - www.resterenforme.be
- **Tennis** : accès sur réservation

| | |
|---------------------------|--|
| <u>ASA Tennis Antheit</u> | <u>Tennis club Les Bruyères à Moha</u> |
| D. Respen | C. Boxus |
| 0476 34 80 66 | 0496 23 89 43 |
- **Naxhelet Golf Club** : www.naxhelet.be - 085 82 64 08