

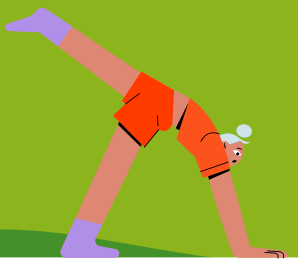
GUIDE des activités 2026/2027 • Rouen Séniors



Le programme des activités

Rouen Séniors

GUIDE



Rouen est à l'écoute de ses aînés !

Accompagner les seniors rouennais, c'est un engagement constant de notre équipe municipale. Nous agissons chaque jour pour favoriser le bien-être, préserver l'autonomie et lutter contre l'isolement et la sédentarité.

En ce sens, aux côtés des associations, la Ville agit pour que chacun puisse bien vieillir dans notre ville. Cette nouvelle saison confirme le succès de Rouen Seniors, qui rassemble désormais plus de 1 600 adhérents. L'offre continue de s'enrichir, avec le développement d'activités physiques adaptées pour entretenir l'équilibre et la vitalité, des actions pour mieux maîtriser les outils numériques, et de nombreuses sorties culturelles, essentielles pour maintenir le lien social.

Nous restons également attentifs à préserver des tarifs accessibles, afin que toutes et tous puissent profiter de ces activités, quels que soient leurs moyens. Ces animations sont bien plus que des moments de loisirs. Elles sont essentielles pour faire société, renforcer les liens intergénérationnels et permettre à toutes et tous de rester acteurs de la vie à Rouen.

Merci aux équipes de Rouen Seniors pour leur engagement au quotidien.

Chaleureusement à vous,

Nicolas MAYER-ROSSIGNOL

Maire de Rouen, Président de la Métropole
Rouen Normandie

Zohra AMIMI

Adjointe en charge des Solidarités
et des personnes âgées

Élisabeth ALAZARD SCHNEIDER

Conseillère municipale déléguée
aux personnes âgées

Chères adhérentes, chers adhérents,

À travers cette nouvelle brochure de nos activités 2026/2027, vous trouverez tout un panel de propositions pour vous accompagner au quotidien. Je vous invite d'ores et déjà à participer à notre prochaine journée d'inscriptions qui se déroulera le mardi 16 juin à la Halle aux Toiles et durant laquelle nous aurons le plaisir de nous rencontrer.

Nous avons également l'ambition pour cette nouvelle année 2026/2027 de porter notre effort sur le développement du sport adapté.

Mais il ne faut jamais oublier que tout ceci ne pourrait se faire sans l'appui de la Mairie de Rouen qui met à notre disposition toutes les salles indispensables pour le bon déroulement de nos activités.

Au plaisir de vous retrouver très prochainement.

François HAINIGUE
Président de Rouen Séniors

**Les activités débuteront le lundi 14 septembre 2026
et se termineront le vendredi 11 juin 2027.**

Quand s'inscrire ?

- Les inscriptions se dérouleront le mardi 16 juin à la Halle aux Toiles.
- Le matin de 9h30 à 12h30 (distribution des tickets de 8h à 11h. Il n'y aura plus de tickets distribués pour la matinée à partir de 11h).
- L'après-midi de 14h à 16h (reprise de la distribution des tickets à 13h30).

Dans la mesure des places disponibles, il sera possible de venir s'inscrire après cette date aux horaires d'ouverture du bureau (du lundi au vendredi de 14h à 17h).

Les pièces à fournir le jour de l'inscription → OBLIGATOIRE (sans ces documents votre dossier sera considéré comme incomplet et votre inscription non validée) :

- Si vous êtes adhérent : merci d'apporter votre carte d'adhérent pour y apposer le tampon saison 2026-2027.
- Si vous n'êtes pas encore adhérent : prévoir justificatif de domicile, pièce d'identité et une photo d'identité.

Certificat médical obligatoire pour les activités sportives.

- Un adhérent peut inscrire jusqu'à deux adhérents maximum.

Les frais d'adhésion à l'association :

15 € pour les Rouennais

26 € pour les résidents de la Métropole.

Possibilité de régler vos activités en plusieurs fois. L'association ne prend pas la carte bleue.

En cas de paiement par chèque, celui-ci sera **remis en banque à la reprise des activités.**

Conditions de remboursements :

Toute inscription à une activité ouvre droit, sous certaines conditions, à un remboursement. Toute personne dispose d'un délai de 4 semaines d'essai à compter du début de son activité ou de l'inscription pour se désister, sans avoir à fournir de certificat médical attestant de l'inaptitude à la pratique de l'activité.

- Cas d'une inscription entre le 16 juin et le 11 septembre inclus :

Au-delà de 4 semaines à compter du début de l'activité (14 septembre), tout remboursement est soumis à la présentation d'un certificat médical.

- Cas d'une inscription entre le 14 septembre et le 31 décembre inclus :

Au-delà de 4 semaines à compter de la date de l'inscription, tout remboursement est soumis à la présentation d'un certificat médical.

- Cas d'une inscription après le 31 décembre :

Au-delà de 4 semaines à compter de la date de l'inscription, aucun remboursement ne sera possible.

- Modalités de calcul du remboursement :

Les remboursements sont calculés au prorata des séances écoulées, qu'elles aient été suivies ou non par l'adhérent.

- Il n'y aura plus de remboursement après le 31 décembre, même avec un certificat médical. Si ce dernier est daté de fin décembre, nous les accepterons jusqu'au 15 janvier.

Les activités sportives

Pour les activités nécessitant un tapis au sol, pour des raisons d'hygiène, nous vous demandons de venir avec votre propre tapis.

Les cours sont programmés sous réserve de douze participants minimum.

● Se relever du sol

Renforcement musculaire

Rouennais : 50 € / non Rouennais : 70 €

Durant ce stage, en parallèle du renforcement musculaire vous apprendrez à aborder le sol sans peur et à vous relever d'une chute.

Stage de 10 semaines, voir les modalités à l'inscription.

animés par Desramault Frédéric, kinésithérapeute

● Sylvothérapie

Rouennais : 65 € / non Rouennais : 85 €

En extérieur, RDV à la Bretèque de la forêt Verte.

Venez travailler sur l'équilibre, la coordination, la respiration, balade et rencontre avec la nature.

Encadrée par Annie Buquet - selon un calendrier

2 jeudis par mois de 14 h à 16 h 30 – Forêt verte

● Gym tonic

Rouennais : 60 € / non Rouennais : 95 €

> **Maison de quartier Cloître des Pénitents**

8, rue Daniel Lavallée

Lundi : 14 h 30 – 15 h 30

cours assuré par Aurélie Faucon

● Gymnastique

Rouennais : 60 € / non Rouennais : 95 €

Selon votre professeur, vous travaillerez l'équilibre, le renforcement musculaire, le cardio, la respiration. Le cours est adapté à vos besoins.

> **Maison S^t - Sever**

Lundi : 10 h – 11 h / 11 h – 12 h

Lundi : 14 h – 15 h

cours assuré par Aminata Dia

Mardi : 14 h – 15 h

cours assuré par Aminata Dia

> **Foyer S^t-Nicaise**, rue Poussin

Mardi : 11 h 15 – 12 h 15

cours assuré par Clara Gonac'h

> **Centre Jean Texcier**, 78, rue Jean Texcier

Vendredi : 10 h – 11 h

cours assuré Juliette Bouteleux

> **Maison de quartier Cloître des Pénitents**

8, rue Daniel Lavallée

Vendredi : 14 h – 15 h

cours assuré par Élodie Pionnier

> **Centre André-Malraux**

Vendredi : 9 h 30 – 10 h 30

cours assuré par Aurélie Faucon

> **Maison de quartier Ouest**

47, rue Mustel

Mardi : 9 h 30 – 10 h 30 / 10 h 30 – 11 h 30

cours assurés par Élodie Pionnier

• **Gym douce sur chaise**

Rouennais : 60 € / non Rouennais : 95 €

> **Maison S^t- Sever**

Lundi : 15 h – 16 h

cours assuré par Aminata Dia

• **Gym bien-être et coordination**

Rouennais : 60 € / non Rouennais : 95 €

> **Maison de quartier Brisout de Barneville**

Rue Geuffroy

Mardi : 14 h 15 – 15 h 15

cours assuré par Élodie Pionnier

NOUVEAU > **Maison S^t- Sever**

Jeudi : 15 h – 16 h

cours assuré par Aurélie Faucon

• **Pilates**

Rouennais : 60 € / non Rouennais : 95 €

NOUVEAU > **Maison S^t- Sever**

Jeudi : 14 h – 15 h

cours assuré par Aurélie Faucon

> **Maison de quartier Cloître des Pénitents**

8, rue Daniel Lavallée

Vendredi : 15 h – 16 h

cours assuré par Élodie Pionnier

> **Centre André-Malraux**

Vendredi : 10 h 30 – 11 h 30 / 11 h 30 – 12 h 30

cours assurés par Aurélie Faucon

> **Maison de quartier Brisout de Barneville**

Rue Geuffroy

Jeudi : 11 h – 12 h

cours assuré par Aurélie Faucon

> **Cours Germain**, 26, rue de la Chaîne

Lundi : 9 h 50 – 10 h 50 / 11 h – 12 h

cours assurés par Laetitia Blanchet

> **Foyer S^t- Nicaise**, Rue Poussin

Mardi : 10 h 15 – 11 h 15

cours assuré par Clara Gonac'h

Vendredi : 14 h – 15 h

cours assuré par Aurélie Faucon

• **Éveil musculaire**

Rouennais : 60 € / non Rouennais : 95 €

> **MJC Rive gauche**, Place Hanovre

Jeudi : 10 h – 11 h

Jeudi : 11 h – 12 h

cours assurés par Aminata Dia

• **Danse / cours chorégraphiés**

Rouennais : 60 € / non Rouennais : 95 €

Travail sur l'équilibre, la mémorisation, la coordination et les déplacements dans l'espace.

> **Maison S^t- Sever**

Mardi : 15 h – 16 h

cours assuré par Aminata Dia

NOUVEAU Lundi : 16 h – 17 h

cours assuré par Aminata Dia

● **Gym douce - Bien-être**
Rouennais : 60 € / non Rouennais : 95 €

> Foyer S^t- Nicaise, Rue Poussin
Mardi : 13 h 30 – 14 h 30 / 14 h 40 – 15 h 40
15 h 50 – 16 h 50

cours assurés par Nathalie Frixtalon

● **Yoga**
Rouennais : 85 € / non Rouennais : 140 €

> Maison de quartier Cloître des Pénitents
8, rue Daniel Lavallée
Lundi : 9 h 30 – 10 h 30 / 10 h 30 – 11 h 30

cours assurés par Élodie Pionnier

> Maison de quartier Brisout de Barneville
Rue Geuffroy
Mardi : 15 h – 16 h

cours assuré par Élodie Pionnier

> Maison S^t- Sever
Vendredi : 14 h – 15 h
cours assuré par Caroline Couture

> Foyer S^t- Nicaise, Rue Poussin
Jeudi : 15 h – 16 h
cours assuré par Aude Perea

● **Yoga sur chaise**
Rouennais : 85 € / non Rouennais : 140 €

> Maison S^t- Sever
Vendredi : 15 h – 16 h
cours assuré par Caroline Couture

NOUVEAU > Résidence Bonvoisin, 2, rue des Ursulines
Vendredi : 15 h 30 – 16 h 30
cours assuré par Aude Perea

● **Stretching**
Rouennais : 60 € / non Rouennais : 95 €

> Cours Germain
52, rue de Cauville
Jeudi : 10 h – 11 h
cours assuré par Nadège Blanchet

● **Tai Ji Quan**
Rouennais : 90 € / non Rouennais : 150 €

> MJC Rive gauche, Place Hanovre
Niveau avancé : jeudi 14 h – 15 h
Niveau intermédiaire et débutant : jeudi 15 h – 16 h
Niveau débutant : jeudi 16 h – 17 h
cours assurés par Pascale Landais

● **Qi Gong**
Rouennais : 90 € / non Rouennais : 150 €

> Maison de quartier Brisout de Barneville
Rue Geuffroy
Mardi : 10 h 15 – 11 h 15 / 11 h 15 – 12 h 15
Tous niveaux
cours assurés par Pascale Landais

● **Sophrologie**
Rouennais : 80 € / non Rouennais : 120 €

> MJC Rive gauche
Place Hanovre
Jeudi : 9 h 30 – 10 h 30 / 10 h 30 – 11 h 30
cours assurés par Ingrid Thomas

> **Foyer St-Nicaise**

Jeu­di : 14 h – 15 h

cours assuré par Ingrid Thomas

● **Tennis de table**

Rouennais : 23 € / non Rouennais : 37 €

> **Mini-club Binet**

Rue Binet (près de l'église du Sacré-Coeur)

Mardi : 14 h – 17 h

Jeu­di : 14 h – 17 h

Vendredi : 9 h – 12 h

● **Randonnées pédestres**

Grandes randonnées 10 à 12 km

Petites randonnées 6 à 7 km

Bâtons de randonnée obligatoires

Tarif annuel 18 randonnées : 111 €

(transport compris)

à la randonnée de façon occasionnelle : 11 €

(avec ou sans transport)

> **Dates et lieux de départ transmis**

sur le calendrier des randonnées

2 jeudis par mois

Renseignements complémentaires lors des inscriptions.

Chaussures de randonnée obligatoires.

Randonnées encadrées par des bénévoles formés.

En fin de saison, une à deux sorties exceptionnelles à la journée sont proposées avec un tarif spécifique.

● **Danse de salon**

Rouennais : 60 € / non Rouennais : 95 €

> **Cours Germain,**

26, rue de la Chaîne

Niveau débutant : jeudi 11 h – 12 h

Niveau intermédiaire : vendredi 11 h – 12 h

Niveau avancé : jeudi 10 h – 11 h

cours assurés par Laetitia Blanchet

● **Danses Latines – Salsa**

Rouennais : 60 € / non Rouennais : 95 €

> **Cours Germain**

26, rue de la Chaîne

Vendredi : 10 h – 11 h

cours assurés par Laetitia Blanchet

● **Country et Danse en ligne**

Rouennais : 60 € / non Rouennais : 95 €

> **Cours Germain**

52, rue de Cauville

Niveau débutant : vendredi 10 h – 11 h

Niveau intermédiaire : vendredi 11 h – 12 h

Niveau avancé : jeudi 11 h – 12 h

cours assurés par Nadège Blanchet

Les activités aquatiques

Les activités aquatiques sont limitées à une activité aquatique par personne, à raison d'une séance par semaine.

Les activités aquatiques ci-dessous sont strictement réservées aux adhérents rouennais (les jours et les horaires sont susceptibles d'être modifiés et seront confirmés à la rentrée de septembre)

Aquagym Rouennais : 80 €

> Piscine Diderot, Bld de l'Europe

Mardi : 11 h 20 – 12 h

Jedi : 11 h 20 – 12 h

Vendredi : 11 h 20 – 12 h

> Piscine Guy Boissière, Île Lacroix

Lundi : 11 h 10 – 11 h 50

Mardi : 11 h 10 – 11 h 50

Jedi : 11 h 10 – 11 h 50

Les activités aquatiques ci-après sont ouvertes à tous les adhérents :

(Le tarif comprend l'affiliation à la Fédération française de natation)

Cours de natation (Dispositif nager forme santé) Rouennais : 125 € / non Rouennais : 145 €

> Piscine Guy Boissière, Île Lacroix

Mercredi : 11 h – 12 h

Vendredi : 11 h – 12 h

Possibilité de s'inscrire aux 2 cours. 2^e cours à 55 € pour les Rouennais et 65 € pour les non Rouennais.

Aquagym Rouennais : 125 € / non Rouennais : 145 €

> Piscine Guy Boissière, Île Lacroix

Mercredi : 10 h – 11 h

Aquabiking (prévoir des chaussons spécial piscine) Rouennais : 125 € / non Rouennais : 145 €

> Piscine Guy Boissière, Île Lacroix

Mardi : 9 h – 9 h 45

Aquafast atelier d'aquabiking et aquagym (prévoir des chaussons spécial piscine) Rouennais : 125 € / non Rouennais : 145 €

> Piscine Guy Boissière, Île Lacroix

Mardi : 15 h – 15 h 45

Jedi : 15 h 30 – 16 h 15



Les loisirs

● Atelier mémoire

Rouennais : 70 € / non Rouennais : 110 €

> Maison des Associations

Avenue Pasteur (proximité station TEOR, arrêt Pasteur)

2 samedis par mois : 9 h 30 – 11 h 30

sous la conduite de M. Rotil, titulaire d'un DEA en psychologie

● Théâtre

Rouennais : 70 € / non Rouennais : 110 €

> Résidence Bonvoisin

2, rue des Ursulines

Lundi : 14 h 30 – 16 h

Théâtre d'improvisation

cours assuré par Marie De Guardia

> Centre Jean Texcier

78, rue Jean Texcier

Jeu­di : 10 h 30 – 12 h

Pièce de théâtre

cours assuré par Marie De Guardia

● Chant choral

Rouennais : 60 € / non Rouennais : 95 €

> Halle aux Toiles

Lundi : 14 h – 16 h

cheffe de chœur Catherine Anconina

● Art floral

Rouennais : 90 € / non Rouennais : 150 €

(Matériel et supports fournis.

Prévoir environ 90 € à régler à l'animateur pour les fleurs).

> Mini-club Île Lacroix,

12, avenue Jacques Chastellain

1 mardi par mois : 9 h 30 – 11 h 30

> Serres du Jardin des Plantes

1 jeudi par mois : 14 h – 16 h

cours assuré par Pascal Bernier

● Dessin – Peinture - Aquarelle

Tous niveaux

Rouennais : 147 € / non Rouennais : 231 €

(Fournitures à la charge des adhérents)

> Atelier d'Herbouville, 1 bis, rue d'Herbouville

(facile d'accès en F2, arrêt "CAMPULLEY").

2 vendredis ou jeudis par mois selon un calendrier :

10 h – 12 h et 14 h – 16 h

cours assuré par Doro­thée Cratère

● Sculpture

Rouennais : 150 € / non Rouennais : 235 €

(Utilisation du four à la charge de l'adhérent, à régler sur place)

> 190 rue Eau de Robec

2 samedis par mois : 14 h – 16 h

selon un calendrier

cours assuré par Jean-Philippe Vattier

● **Autour d'un livre, autour d'un film**
Rouennais : 23 € / non Rouennais : 37 €

> Halle aux Toiles
2 mercredis par mois : 14 h 30 – 16 h 30
selon un calendrier

● **Atelier écriture**
Rouennais : 79 € / non Rouennais : 112 €

> Maison S¹- Sever
2 lundis par mois : 13 h 45 – 15 h 45
selon un calendrier
atelier assuré par Thierry Pore

● **Partage Philosophique**
Rouennais : 85 € / non Rouennais : 140 €

> MJC Rive gauche
Place Hanovre
2 mardis par mois : 14 h 30 – 16 h 30
selon un calendrier
atelier assuré par Christine Morin

● **Bridge**
Rouennais : 23 € / non Rouennais : 37 €

> Salle du Front de Seine
Mercredi : 14 h – 17 h

> Halle aux Toiles
Jeudi : 14 h – 17 h

● **Scrabble**
Rouennais : 23 € / non Rouennais : 37 €

> Halle aux Toiles
Lundi : 14 h – 17 h

● **Scrabble en duplicate**
Rouennais : 23 € / non Rouennais : 37 €

> Salle du Front de Seine
Vendredi : 14 h – 17 h

● **Tarot**
Rouennais : 23 € / non Rouennais : 37 €

> Salle du Front de Seine
Lundi : 14 h – 17 h

● **Vivre avec le numérique**
Rouennais : 121 € / non Rouennais : 143 €

En utilisant votre ordinateur portable personnel ou votre tablette dotée de wifi, vous apprendrez à utiliser internet dans votre quotidien et selon vos besoins (cours, démarches administratives, prises de rendez-vous...).

> Maison des Aînés,
24, rue des Arsins
2 vendredis par mois
Tous niveaux : Vendredi 9 h – 12 h ou 14 h – 17 h
cours assuré par Samuel Dollé

Les langues vivantes

Rouennais : 141 € / non Rouennais : 223 €

Les cours sont programmés sous réserve de dix participants minimum.

Espagnol

> Maison S^t - Sever

Niveau débutant

Vendredi : 10 h 30 – 12 h

cours assuré par Lucie Jourdan

Niveau débutant avancé

Mercredi : 9 h – 10 h 30

cours assuré par Lucie Jourdan

Niveau intermédiaire

Mercredi : 10 h 30 – 12 h

cours assuré par Lucie Jourdan



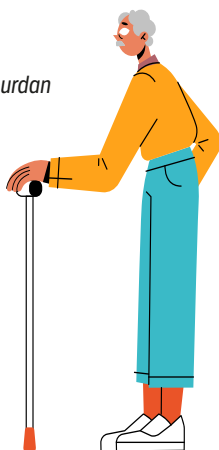
Anglais

Niveau débutant

> Maison S^t - Sever

Lundi : 10 h 30 – 12 h

cours assuré par Charlotte Walle



Niveau débutant avancé

> Maison S^t - Sever

Vendredi : 9 h – 10 h 30

cours assuré par Charlotte Walle

Niveau intermédiaire

> Centre Texcier

Mardi : 13 h 45 – 15 h 15

cours assuré par Christophe Beaujouan

Conversation

> Centre Texcier

Lundi : 13 h 30 – 15 h

cours assuré par Christophe Beaujouan

Niveau intermédiaire

> Maison S^t - Sever

Jeudi : 10 h 30 – 12 h

cours assuré par Catherine Anconina

Niveau intermédiaire

> Maison S^t - Sever

Jeudi : 13 h 30 – 15 h

cours assuré par Catherine Anconina

Niveau débutant avancé

> Halle aux Toiles

Lundi : 10 h – 11 h 30

cours assuré par Lucie Jourdan

Les conférences

Attention, il n'est plus possible de prendre des conférences à l'unité.

● **Conférences autour de la Normandie** **Rouennais : 76 € / non Rouennais : 98 €**

> Halle aux Toiles

Vendredi : 14 h 30 – 16 h

(8 séances et 1 séance en extérieur)

animées par Frédéric Furon

● **Histoire de l'art moderne et contemporain** **Rouennais : 51 € / non Rouennais : 73 €**

> Halle aux Toiles

Jeudi : 9 h 30 – 11 h 30 (9 séances)

animées par Alain Bourdieu

● **Histoire-géographie** **Rouennais : 36 € / non Rouennais : 48 €** **(places limitées)**

> Halle aux Toiles

Mardi : 14 h 30 – 16 h 30 (6 séances)

animées par Véronique Fruit

● **L'art dans le monde** **Rouennais : 36 € / non Rouennais : 48 €**

> Résidence Rose des Sables

15, rue de la Maladrerie

Lundi : 14 h 30 – 16 h (6 séances)

animées par Marianne Sytchkov

● **Histoire, art et culture du monde hispanophone** **Rouennais : 36 € / non Rouennais : 48 €**

> Halle aux Toiles

Jeudi : 14 h 30 – 16 h (6 séances)

animées par Coline Aubert ou Lucie Jourdan

● **Philosophie** **Rouennais : 51 € / non Rouennais : 73 €**

> Maison des Associations

Avenue Pasteur

Mercredi : 14 h 30 – 16 h (9 séances)

animées par François Housset

● **Généalogie** **Rouennais / non Rouennais : 11 €**

> Maison des Aînés

24, rue des arsins

Mardi : 14 h 30 (stage de 6 séances)

Informations diverses

Six Maisons labellisées Sport Santé par l'ARS de Normandie couvrent aujourd'hui le territoire de la Métropole Rouen Normandie.

Cinq d'entre-elles (car la 6^e est celle d'Elbeuf) sont particulièrement impliquées sur le territoire rouennais à travers la mise en œuvre de leurs actions auprès des rouennaises et des rouennais, notamment les plus vulnérables :

● Vital'Action

1 avenue Jacques Chastellain
76 000 Rouen

● L'IRMS2

113 rue Herbeuse
76 230 Bois-Guillaume

● La Maison Médicale du Sport Adapté et Thérapeutique

28 rue méridienne
76 100 Rouen

● Planeth Patient

3 rue du Four
Immeuble le challenger
76 100 Rouen

● L'ANIDER

18 rue Marie Curie
76 000 Rouen



Leur objectif : faciliter l'accès à l'activité physique pour tous (jeunes adultes, adultes, aînés), notamment les personnes atteintes de pathologies chroniques, ALD et/ou en situation de handicap.

Différents champs d'intervention : en prévention primaire, secondaire et tertiaire.

L'accès à ce type de structure, peut vous permettre, en lien avec des problématiques de santé ou pas, de faire un point avec un professionnel qui construira avec vous un parcours personnalisé, au regard de vos contraintes et de vos attendus.

Pour ce faire, vous serez en contact le plus souvent, avec un enseignant des APA-S (Activités Physiques Adaptées à la Santé) et/ou un coordinateur des APA-S qui vous proposera un bilan individuel à partir de votre état de santé, votre passé éventuel de sportif, vos objectifs, vos envies et vos différentes contraintes.

À partir de là, une orientation vers une structure adaptée (Une Maison Sport Santé par exemple qui aurait une spécialité ou bien même une association sportive) pourra vous être proposée pour pratiquer une activité physique adaptée et « sur-mesure », en autonomie complète, partielle ou bien même accompagnée du début à la fin de votre pratique.

Pour tout renseignement concernant les Maisons Sport Santé du territoire, sachez que **Vital'Action** est la tête de réseau de toutes ces structures sur le territoire métropolitain.

Vous pouvez la contacter au 07 86 73 51 16 ou par mail : contact@vitalaction.fr

Information

Les activités débuteront le lundi 14 septembre 2026 et se termineront le vendredi 11 juin 2027.
Pour recevoir nos informations, n'hésitez pas à nous communiquer votre adresse mail.



L'association Rouen Séniors
est ouverte du lundi au vendredi de 14 h à 17 h.

Lors d'événements comme les journées
d'inscriptions, nos horaires sont susceptibles
d'être modifiés.



**Association
Rouen Séniors**

Maison des Aînés
24, rue des Arsins - 76 000 Rouen
Renseignements :
Tél. : 02 35 07 06 88 ou rouenseniors@rouen.fr
