

ANNEE 2025-2026 : ACTIVITES et CYCLES
proposés dans l'esprit associatif de Sport et Joie

(réservé aux adhérents sur inscriptions annoncées par email et via la plateforme Helloasso)

Cycles :

Cycle de LIA (Isabelle) du jeudi 2 octobre au 27 novembre 2025 ([photos](#))

Sophrologie (Ingrid Lamy) : 6 séances du mardi 4 novembre au mardi 16 décembre 2025 (Gounot)

Do in (automassage, shiatsu) (Cathy Micco) : 6 séances du jeudi du 8 janvier au 12 février 2026 (Coubertin)

Cycle de LIA (Isabelle) du jeudi 21 mai au 25 juin 2026 (Coubertin) certaines séances annulées en raison de la canicule

Sortie pédestre (Rose-Marie)

Les rives de l'Yerres de Boussy à Brunoy vendredi 5 juin 2026 ([photo](#))

Stages :

Marche active (Rose-Marie) :

- Stage de découverte le mardi 18 novembre 2025 de 10h30 à 12h00 sur l'île de Brunoy

Krav-maga - auto défense Club ADMC Crosne - dimanche 12 avril 2026 (Gounot)) ([photos stage 2026](#))

Bowling de Boussy : (Atidel, Catherine) - Formule : 2 parties de bowling + 1 part de gâteau + 1 boisson.

Jeudi 29 janvier 2026 après midi

Jeudi 12 mars 2026 après-midi

([photos](#))

Sortie à Paris : sortie pédestre et culturelle 10 km (**Marie-Claire**) - de Montmartre jusqu'à la Nouvelle Athènes
(annulée pour cause de canicule – reprogrammée en octobre)