

INFORMATIONS & FONCTIONNEMENT

Dans une démarche éco-citoyenne, merci de conserver ce programme toute la semaine !

Nos activités sont encadrées par des **professionnels qualifiés et diplômés**. Elles sont accessibles aux adultes et aux mineurs accompagnés, sur inscription à l'unité à l'Office de Tourisme.

Attention, certaines de nos activités nécessitent, un âge et /ou une taille minimum pour les mineurs. Merci de vous renseigner auprès de l'accueil.

L'inscription à toutes les activités est obligatoire et payante.

Elle est ni échangeable ni remboursable sauf en cas de force majeure, accident, blessure (certificat médical joint) ou départ avant la fin du séjour (cas exceptionnel).

Nous sommes susceptibles, en fonction des conditions météorologiques, d'annuler des activités en extérieur. Elles pourront être remplacées par une activités en salle le jour même (de la programmation). **Les activités sont assurées à partir de 2 pers. minimum. Pour la Sophrologie et la Relaxation à partir de 4 pers. minimum.**

Pour les activités en salle; prévoir baskets propres, serviette et eau.

Inscriptions aux activités :

- Du matin : jusqu'à 17h la veille
- De l'après-midi : jusqu'à 12 h
- Les réservations pour le lundi matin sont possibles jusqu'au dimanche midi

Modes de règlements acceptés : chèques, espèces, CB, chèques vacances

LE LEXIQUE

Envie d'en savoir plus ? Scannez ce QR code pour découvrir nos activités.



Bougez, Respirez, Rayonnez

Programme des activités sportives Du lundi 20 au vendredi 24 juillet 2026

Office de Tourisme de Vittel

36 Place de la Marne (Hall d'accueil de la Gare)

03 29 08 08 88

infos@vitteltourisme.com

www.destinationvittel.com

Nos horaires d'ouverture de Juillet

Du lundi au samedi : 9h30 -12h30 & 14h - 18h

Dimanches et jours fériés : 09h30 - 12h30

Retrouvez toutes les animations Vittelloises

www.ville-vittel.fr

Ne pas jeter sur la voie publique.
Réalisé et imprimé par nos soins

LEGENDE



Salle de Gym aux Thermes



Sous la Galerie Thermale

Devant l' entrée des Thermes



Niveau 1 : Facile

Rythme lent - Parcours peu vallonné



Niveau 2 : Moyen

Rythme Progressif - Parcours sportif



A la location de Vélos

En Face du Grand Hôtel

LES ACTIVITES

LUNDI

9h-10h	Sophro-oxygénation	13€	
9h30-11h30	Marche	7€	
15h30-16h30	Séance Tai Chi	9,50€	
14h30-16h30	Marche	7€	
16h45-17h30	Pilates Débutants	8€	

MARDI

9h-9h45	Circuit Training	8€	
10h-10h30	Elastique	6€	
10h30-11h	100% Fessiers	6€	
11h-11h30	Medecine Ball	6€	
14h-15h30	Balade Vélo à Assistance Electrique	14€	
15h-16h	Balade Educative avec son chien	34€	

MERCREDI

9h-9h45	Pilates Petit Matériel	10€	
9h45-10h15	Médecine Ball	6€	
10h30-12h	Initiation Marche Nordique	9€	
14h30-15h	Initiation Vélo Assistance Electrique	8€	
15h30-16h15	Swiss Ball	8€	
17h-18h	Sophrologie "Gérer ses émotions"	10€	
Objectif : Mieux comprendre,accueillir et réguler ses émotions pour retrouver un équilibre intérieur.			

JEUDI

9h-9h30	Fesses / Abdos / Cuisses	6€	
9h30-10h	Stretching	6€	
10h30-12h	Promenade Pédestre	7€	
14h-15h30	Voyage Sensoriel de la Joie	15€	
2 pers mini. " Yoga du Rire / Bols Tibétains / Méditation guidée"			
15h15-18h00	Jeudi Fermier Allée-Retour en calèche tirée par un tracteur + goûter + visite libre Activité ouverte à tous les amoureux de la nature et de bons produits.	13€	

VENDREDI

9h-9h45	Oxygénation Bungy Pump	6€	
10h-12h	Marche	7€	
14h30-16h	Balade Vélo à Assistance Electrique	14€	
14h-15h	Atelier équilibre et Coordination	9,50€	
15h-16h	Percu Moov	9,50€	
17h30-18h30	Sophrologie " Faire face aux événements de la vie"	10€	
Objectif : Développer sa capacité d'adaptation et renforcer sa stabilité face aux changements.			