

C.A.S.R.

CLUB D'ANIMATION SPORTIVE DES RETRAITÉS DE BELLEY

94 rue Lt A. Argenton - 01300 BELLEY



tél : 06.41.02.44.41

mail : casrbelley@orange.fr

site : <https://casrbelley.fr>

Permanences : les mardis de 9h45 à 10h45

Tarifs saison 2026 – 2027

**Cotisation annuelle : 66 € pour
l'accès à toutes les activités**

*Supplément pour les activités
animées par des professionnels :*

- gymnastique : 61 €
- yoga : 185 €
- Qi Gong : 150 € (individuel)

250 € (couple)

- méditation : 70 € (individuel)

100 € (couple)

*Supplément pour pétanque et tir à
l'arc : accès au boulodrome : 50 € par
personne*

*La pratique d'une activité
sportive régulière, modérée,
adaptée et diversifiée, permet
de retarder les effets du
vieillissement, de rester
autonome et de contribuer à
l'équilibre physique, mental
et social des seniors.*

Le CASR, qui compte plus de
580 adhérents, propose aux
seniors de plus de 50 ans une
vingtaine activités sportives
et/ou intellectuelles à
moindre coût.

Ces activités se pratiquent
tout au long de la semaine, et
pour la plupart tout au long
de l'année, encadrées par des
animateurs bénévoles formés
par la Fédération Française
de la Retraite Sportive (ou
par des professionnels
extérieurs pour quelques
activités).



Saison
2026-2027



SENIORS SPORTIFS DE BELLEY ET DES ENVIRONS

Un club multi-activités près
de chez vous pour les plus
de 50 ans

VEILLIR EN BONNE SANTÉ ENTOURÉ (E) DE COPAINS

Venez débiter ou continuer
une activité sportive et/ou
intellectuelle adaptée à votre



Site internet : <https://casrbelley.fr>

C
A
S
R

Nos activités		Où ?	Quand ?
Activ'mémoire (1)		Salle de l'amitié	Mercredi 9h à 10h et 10h à 11h Vendredi 10h à 11h et 11h à 12h
Billard		Résidence API	Lundi et Jeudi de 14h à 18h
Chiffres & lettres (3)		Salle de l'amitié	1 ^{er} & 3 ^e mercredi 14h à 16h
Country (3)		Salle de l'amitié	Mercredi 16h à 17h - Novices 17h à 18h30 – Débutants plus Jeudi de 14h à 16h - Débutants
Danse (1)		Salle de l'amitié	2 ^e et 4 ^e mercredi 14h à 16h
Gymnastique (1)		Salle de l'amitié	Lundi 9 à 10h / 11 à 12h / 14 à 15h Mercredi 11h à 12h Jeudi 11h à 12h
Jeux de Société		Salle de l'Amitié	À préciser ultérieurement
Marche de proximité		Nature	Mercredi départ à 14h d'oct à avril départ à 9h de mai à septembre
Marche nordique 1 & 2		Nature	Vendredi 9h
Méditation (1)		Salle de l'amitié	Lundi 15h45 à 16h15
Pétanque		Boulodromes été et hiver de Belley (2)	Lundi et jeudi 14h à 16h et 16h à 18h
Par Monts et par Vaux (randonnées à la journée)		Nature	Jeudi , d'avril à octobre heure de départ selon destination
Pickleball		Terrain du Tennis Club de Belley	Lundi de 14h à 16h
Piscine			À préciser ultérieurement
Qi Gong (1)		Salle de l'Amitié	Lundi 16h30 à 17h30
Randonnée pédestre (balade de proximité à la ½ journée)		Nature	Mardi (pour les 3 groupes) + vendredi (pour groupe 1) départ 14h
Randonnée cycliste		Route	Lundi et jeudi 8h en été – 14h au printemps – en hiver – en automne
Raquettes à neige – ski alpin – ski de fond		Stations alentour	Jeudi en hiver départ à 8h ou 10h
Tennis de table		Gymnase du Colombier	Lundi 8h – 10h Mercredi 10h – 12h
Tir à l'arc (1)		Boulodrome 422 av Hoff	Mardi et vendredi 9h à 11h
Yoga (1)		Salle de l'amitié	Mardi 9h15 à 10h15 et 10h30 à 11h30

(1) Activités suspendues pendant les vacances scolaires

(2) Été : bd 133^e RI / hiver : 422 av Hoff

(3) Activité suspendue pendant l'été uniquement



Tél : 06.41.02.44.41

Mail : casrbelley@orange.fr

Site : <https://casrbelley.fr>