

VITAFORM Jean-Pierre

Route de Luxembourg, 9 - 4960 MALMEDY
080/34 18 74 info@vitaform.be

Centre de fitness & cours collectifs

WAKY Coaching Benoit CRAVATTE

Thier Destockeux, 4 - 4960 MALMEDY
0476/61 73 70 info@waky.be

Coaching sportif & formation

BIBLIOTHEQUE WAMABI

Le Réseau de bibliothèques Waimes-Malmedy

La lecture au service de la santé des Seniors : le réseau propose gratuitement des documents, livres, revues, jeux, ... sur le thème de la santé (alimentation, sports, psychologie, vie pratique, ...)

Place du Chatelet 7 A - 4960 MALMEDY
080/799 930 malmedy@wamabi.be

CONSEIL DES AINES

Le Conseil consultatif communal des aînés de Malmedy représente les aînés de la commune. En effet, bon nombre de Malmédiens ayant atteint « l'âge d'or » souhaitent s'associer, partager, agir. Le Conseil est composé de 15 personnes, représentants d'associations ou membres présents à titre personnel.

Présidente : Josiane WARLAND,
présidente du CPAS en charge des aînés

☎ 0497/725 335 ✉ j.warland@malmedy.be

Adresse des activités :

**Hall des sports & Piste d'athlétisme -
Avenue du pont de Warche, 1
info : 080/799 050**

Studio de dance & fitness : Ruelle Grognet

Maison de Jeunes : Rue F. Lang, 5

Terrains de pétanque : Rue F. Lang, 3

Malmundarium : Place du Chatelet, 10

Ecole du Centre : Ruelle des Capucins, 2

Domaine des Hautes-Fagnes :

Rue des Charmilles, 67 - 4950 WAIMES

Bowling '362' : Avenue des Alliés, 100

Ecole de danse TOP ONE : Tiège, 76 à JALHAY

OK Aqua : Vers la croix, 10 (Ligneuville)

Autres activités du Conseil des Aînés :

3^{ème} jeudi du mois à 14h : RIN D'NOÛ

Accueil, discussion, activités, cartes, ...

4^{ème} jeudi du mois à 14h : Ciné seniors

Fête des seniors : le 3 septembre 2016

Excursion en automne

Feuillet réalisé à l'initiative du Conseil des aînés pour la Semaine Santé « Mangez, Bougez, Vivez ! en bonne santé grâce à une alimentation saine et une activité physique régulière »

du 17 au 24 mai 2016 à Malmedy

**En bonne santé grâce
à une activité physique
régulière à Malmedy**

Les activités sportives ouvertes aux aînés

Coordonnées, horaires
et autres informations



**LE CONSEIL
DES AÎNÉS**

Conseil consultatif communal des aînés
Rue Steinbach, 2 à MALMEDY - 080/799 623

CLUBS

ARCHERY CLUB MALMEDY G. GOFFINET

Rue La Vaulx, 59 - 4960 MALMEDY
0496/31 71 35 georges.goffinet@yahoo.fr

Tir à l'arc :

Mardi 19h - Hall des sports
Dimanche 10h - Hall des sports

AS KORYU BUDO Jimmy SIENNART

0495/21 29 41 akb-be@outlook.com
Dojo - Hall des sports

Self-défense : Samedi 18h30

Aïkido : Dimanche 12h30

GYM CLUB MALMEDY Nadine HUBERT

Rue du Bac, 4 - 4970 STAVELOT 0474/73 67 52
Ruelle Grognet à Malmedy - Studio de dance & fitness

Stretching Senior féminin : Lundi 9h15

Zumba Senior : Vendredi 10h

Yoga Senior : Vendredi 11h

MAISON DE JEUNES Olivier Demarteau

Rue F. Lang, 5 - 4960 MALMEDY
0478/64 31 46 mjmdy4960@hotmail.be

Badminton :

Dimanche 10h30 - Hall des sports

Kendo : Lundi 18h - Maison de Jeunes

PETANQUE CLUB MALMEDY

André VANESSE 0496/31 52 26

Pétanque : jeu libre

Jeudi 14h - Terrains à Malmedy Expo

PIED AU PLANCHER

Pierre HURDEBISE 0472/64 96 57

G'Doumont, Al Gofe, 5 - 4960 MALMEDY

Atelier de danse traditionnelle : Vendredi 20h
4^{ème} vendredi du mois - Malmundarium

PISTE D'ATHLETISME (Hall des sports)

*accessible aux particuliers aux heures
d'ouverture au public : 080/799 050*

*Cotisation annuelle auprès du Malmedy Athletic
Club - Sylvie NELLES : 0495/29 89 17*

Au-dessus des trous, 4 - 4960 MALMEDY

PUNCH Seniors

Francis LACHENAL 080/67 89 32
Rue du Lac, 41 - 4950 WAIMES

Pilates : au Hall des sports

Lundi 8h45

Lundi 10h

Zumba Gold : au Hall des sports

Lundi 10h : FORTEMPS Gérard 0477/76 63 93

Stretching : à l'Ecole du Centre

Lundi 16h30 : FORTEMPS Gérard 0477/76 63 93

Aquagym : au Domaine des Hautes-Fagnes

Mardi 9h30 : Contacter Punch Seniors

Groupe complet - second groupe en projet

Bowling : au Bowling '362' à Malmedy

Mardi 13h30 : ROUCHE Rose 080/33 93 81

les 2^{ème} et dernier mardi du mois

Balades : rdv indiqué dans le Vlan

Mardi après-midi : DUSSART Hubert 080/86 22 17

les 2^{ème} et dernier mardi du mois

Tennis de Table : au Hall des sports

Mercredi 10h : BASTIN René 080/33 05 69

Badminton : au Hall des sports

Jeudi 10h : VISEUR Jacques 080/77 01 21

Net Volley : au Hall des sports

Jeudi 10h : FORTEMPS Gérard 0477/76 63 93

Danses de salon : à l'Ecole TOP ONE

Vendredi 9h15 : WOUTERS Monique
0477/74 46 10

CLUBS DE MARCHÉ

Malmedy MARCHÉ André SERVAIS

Rue des Champs, 8 - 4960 MALMEDY
080/33 86 72 andreservais1@homail.com

Cotisation de 8€/an : Assurance, ...

Club de MARCHÉ des Charmilles

Marcel WINKIN Xhoffraix,
Rue du haut-village, 39 - 4960 MALMEDY
080/24 95 24 marcel.winkin@skynet.be

Les MARCHEURS de Bellevaux

Renée SCHEFFEN Ligneuville,
Rue W. Egan, 3 - 4960 MALMEDY
0495/13 54 54

CENTRE SPORTIF & COACH

ISAMARC SHIATSU Marcel PIRARD

Route des Planeresses, 20 - 4960 MALMEDY
0495/68 91 47 isamarshiatsu@yahoo.fr

Thérapeute en Shiatsu & Do-in

OK AQUA Alain COLLIENNE 0495/10 98 02

Ligneuville, Vers la Croix, 10 - 4960 MALMEDY
alain.collienue@gmail.com

Aquabiking : vélo en piscine