



DES BÉNÉVOLES
AU SERVICE
DES SENIORS



RETRAITE SPORTIVE DE PARIS
65, rue du Moulin des Prés,
75013 Paris
Tél. : 01 53 80 00 46
Courriel : retraitesportive@rsp.paris
Blog : www.sport-seniors-paris.com

Adhésion et tarifs

Le montant de l'adhésion à l'association comprend :

- l'inscription au club Retraite Sportive de Paris (RSP) et l'affiliation à la FFRS avec abonnement à la revue Vital'ité
- la licence sportive et l'assurance dans le cadre de la FFRS, valables du 1^{er} septembre 2025 au 31 août 2026.

TARIFS ANNUELS de la saison 2025-2026 (hors vacances scolaires). Au montant de la licence fédérale de 52 € pour l'année, s'ajoute le prix de la participation aux activités choisies :

Activités (Hors vacances scolaires)	Euros
Aquagym ⁽¹⁾	160
Natation ⁽¹⁾	160
Activités gymniques ⁽¹⁾	135
Qi gong ⁽¹⁾ - pour une heure	195
- pour une heure et demie	240
Tennis de table	70
Tennis - court couvert	160
Tir à l'arc	85
Swing golf	55
Pétanque	30
Randonnées pédestres	30
Marche nordique	30
Activités dansées	110
Yoga	195

Retrouvez l'actualité du club
Retraite Sportive de Paris
sur le blog
www.sport-seniors-paris.com



⁽¹⁾ pour une séance hebdomadaire, la durée inclut le passage au vestiaire et à la douche.

Dans le cas où une activité devrait être annulée définitivement par le club en cours d'année, les sommes perçues au titre de la participation à l'activité seront remboursées prorata temporis. Cette règle ne s'applique pas dans le cas des suspensions temporaires d'une activité.

→ Modalités d'inscription, 2 possibilités :

- soit par internet, sur le site de la Fédération,
- soit en venant aux permanences au siège de l'Association.

Le club Retraite Sportive de Paris est une association loi 1901, affiliée au CODERS 75 - Comité Départemental de la Retraite Sportive de Paris.

Édition : juin 2025. Document non contractuel.

Programme des activités 2025-2026

DES BÉNÉVOLES
AU SERVICE DES SENIORS

LES PERMANENCES

Retraite Sportive de Paris (RSP)

65, rue du Moulin des Prés, 75013 Paris
à droite de l'entrée du n°65
Métro : Tolbiac, Place d'Italie - Bus : lignes 57 et 62
Lundi, mardi et jeudi de 14 h 30 à 16 h 30.



PHOTO DANIELLE GAZAUX

Fermeture les jours fériés et pendant les vacances scolaires zone C

ACTIVITÉS

Cessation des activités en salle le 30 juin.
Poursuite des activités extérieures possibles
à l'initiative des animateurs pendant
les vacances scolaires.



PHOTO PHILIPPE MOLLON-DESCHAMPS

OUVERTURE DES BUREAUX LE 8 SEPTEMBRE 2025

REPRISE DES ACTIVITÉS LE 15 SEPTEMBRE 2025

Bougez avec nous !
Bougez près de chez vous !



PHOTO DANIELLE GAZAUX



PHOTO JEANNE GORZA



Calendrier hebdomadaire 2025-2026

LES LIEUX D'ACTIVITÉ

PISCINES ET BASSINS D'INITIATION

Jean Dame - 17, rue Léopold Bellan, 2^e - métro Sentier

Cour des Lions - 9, rue Alphonse Baudin, 11^e - métro R. Lenoir

Dunois - 70, rue Dunois, 13^e - métro Chevaleret

Alfred Nakache - 4/12, rue Denoyez, 20^e - métro Belleville.

GYMNASES ET SALLES

Gaudin - 4, Quai St Bernard, 5^e - métro Quai de la Rapée

Marie Paradis - 5, rue Léon Schwartzenberg, 10^e - métro Gare de l'Est

Cour des Lions - 9, rue Alphonse Baudin, 11^e - métro Richard Lenoir

Reuilly - 43/49, allée Vivaldi, 12^e - métro Montgallet

Salle de sports Bercy - 10 Place Léonard Bernstein (vers la Passerelle

Simone-de-Beauvoir), 12^e - métro Bercy⁴

Charcot - 80, rue du Chevaleret, 13^e - métro Bibliothèque F. Mitterrand

Le Stadium - 66, avenue d'Ivry, 13^e - métro Porte d'Ivry

Blanqui - 26, boulevard Auguste Blanqui, 13^e - métro Corvisart

Centre des 2 Moulins - 185 rue du Château des Rentiers, 13^e - métro Nationale

Tennis Charles Moureu - 34 rue Baudricourt, 13^e

- métro Olympiades - bus 62, 64, 83

Gymnase Guilleminot - 22, rue Guilleminot, 14^e - métro Pernety

Micheline Ostermeyer - 6 esplanade Nathalie Sarraute (22 ter rue Pajol, 18^e), métro La Chapelle ou Marx Dormoy

AUTRES

Stade Pershing, Bois de Vincennes, Route du Bosquet Mortemart, 12^e (proche INSEP et Hippodrome - bus 112, arrêt Mortemart.

Square Emmanuel Fleury, 40 rue Le Vau, 20^e

- métro Porte de Bagnolet - Tram T3B, arrêt Adrienne Bolland.

N NOUVEAU

ACTIVITÉS	ARDT	ÉTABLISSEMENT	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
AQUAGYM	2	Jean Dame	16h45 à 17h45	AQG101		11h à 12h	AQG301
	11	Cour des Lions	12h à 13h	AQG102			
	13	Dunois	12h30 à 13h30	AQG103			
	20	Nakache Grand bassin Nakache Petit bassin	12h à 13h	AQG104 AQG105			
NATATION	13	Dunois	11h30 à 12h30	NAT101			
	2	Jean Dame			10h à 11h	NAT301	
	10	Marie Paradis	MF 9h30 à 10h30	GMF101			
ACTIVITÉS GYMNHIQUES MAINTIEN ET/OU REMISE EN FORME	11	Cour des Lions				N MF 10h à 11h MF 11h à 12h	GMF401 GMF404
	12	Bercy				P 9h à 10h Pilates tous niveaux	GMF402
	12	Reuilly		MF 10h à 11h MF 11h à 12h	GMF201 GMF202	MF 12h à 13h	GMF301
	13	Blanqui	MF 12h à 13h	GMF102			
	13	Charcot	GD 11h à 12h	GMF106	GD 11h à 12h	GD 9h à 10h	GMF302
	13	Stadium	GD 9h à 10h MF 10h à 11h	GMF103 GYM + FELDENKRAÏS GMF104		MF 10h30 à 11h30	GMF303
	14	Guilleminot	MF 16h à 17h	GMF105	MF 9h à 10h	GMF204	
	18	Micheline Ostermeyer			MF 11h à 12h		P 11h à 12h Pilates tous niveaux
	10	Marie Paradis	10h45 à 11h45	QIG101			
	12	Bercy				10h à 11h30	QIG402
TENNIS DE TABLE	13	Le Stadium			9h à 10h30	QIG301	
	12	Bercy	10h à 12h	TDT 201
TENNIS	13	Charles Moureu					10h à 12h
TIRA L'ARC	5	Gaudin	10h à 12 h 14h à 17h	TAL101 TAL102	14h à 17h	TAL201	10h à 12h
	13	Centre des 2 Moulins	14h à 16h30	ACD101	14h à 16h30	ACD301	
SWIN GOLF	12	Pershing		10h à 12h30 été 14h à 16h30 hiver	SWG201 SWG201		
	20	Square E. Fleury					10h à 12h été 14h à 16h hiver
YOGA	13	Charcot	10h à 11h	YOG 101	10h à 11h	YOG301	
					11h à 12h	YOG302	
MARCHE NORDIQUE	12	Bois de Vincennes		MAN001	Programme trimestriel de sorties.		
RANDONNÉE PÉDESTRE		Île-de-France		RDP001	Programme trimestriel à la journée ou demi-journée.		