

Da-mas

Vendredi de 9h à 11h
277 avenue Linné, Roubaix

Step - Cardio & Fun

*Un cours dynamique sur musique qui
mêle cardio, coordination et
renforcement du bas du corps.
Accessible à tous, efficace et 100 %
énergie*

13 mars, 10 avril, 15 mai, 12 juin,
04 septembre, 02 octobre,
13 novembre et 18 décembre

Accueil de 15 personnes



Parkour59

Mardi de 14h à 16h
10 rue Babylone, Roubaix

*Le parkour, c'est l'art du
déplacement : apprendre à bouger
librement, avec agilité et confiance.
Chaque mois, Parkour 59 ouvre un
créneau réservé aux femmes dans
un espace indoor sécurisé, pensé
pour oser, s'exprimer et se dépasser
ensemble, à son rythme*

17 mars, 7 avril, 19 mai, 16 juin,
07 juillet, 15 septembre, 13 octobre,
24 novembre et 8 décembre

Accueil de 15 personnes



Roubaix au féminin

Exclusivement pour les femmes
4 activités gratuites par mois



Mars - Décembre 2026

