

# énééo SPORT

Se détendre, bouger, respirer



## Tai-Chi & Qi Gong

Liège Centre  
Claire Schaus  
0496 28 12 96  
claireschaus324@gmail.com



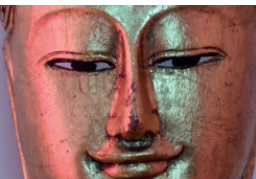
## Zumba Gold

Liège Centre  
Marie-Paule Gilsoul  
04 252 47 32  
Gilsoulmp6@gmail.com



## Aquagym

Saint Servais  
Christine Hubert  
0474 63 08 77  
christinehubert@hotmail.be



## Yoga

Liège Centre  
Béatrice Treskow  
0477 82 22 90  
beatrice.treskow@gmail.com



## Pickleball

Angleur  
Vincent Lefèvre 0470 81 43 12  
hug.lef@scarlet.be



## Pilates

Liège Centre  
Béatrice Treskow  
0477 82 22 90



## Feldenkrais

Liège Centre  
Développement corps esprit  
Gisèle Sarlet 0473 29 53 31  
sarletgisele@gmail.com

Plus d'infos sur les excursions,  
le volontariat, le sport, des vacances,  
des sorties culturelles

[www.eneo-liege.be](http://www.eneo-liege.be) / [www.eneosport.be](http://www.eneosport.be)  
04 232 29 98



La cotisation annuelle (pour devenir  
membre énééo & énéoSport) est de 17 €  
à payer sur le compte  
d'énééo Langues et Culture  
BE44 7805 9305 1545  
avec la communication :  
NOM + Prénom + Activité + COTI

Photos@Freepik/rawpixel.com/pch.vector/Pixabay/ Image  
par TheAndrasBarta de Pixabay / Fresque cover "L'Homme  
de la Meuse" par Sozyone Gonzalez - Ne pas jeter sur la voie  
publique - Dernière mise à jour : 10/03/2025

# énééo & énééo SPORT





### Balades des Gens Heureux

Liège Centre  
Se balader en convivialité  
M. Reinartz 0495 69 47 00  
marlene.reinartz1@gmail.com



### La Toile Alternative

Liège Centre  
Cinéma & échanges  
M. Reinartz 0495 69 47 00  
marlene.reinartz1@gmail.com



### Table conversation Anglais

Liège Centre  
Deux niveaux  
Guy Vervier 0478 46 58 61  
stlouis.vervg@gmail.com



### Smartphone & informatique

Liège Centre  
Comprendre le numérique  
Michel Goffaux 0476 27 29 03  
goffaux.michel@gmx.fr



### Code de la route

Liège Centre  
Actualiser ses connaissances  
Vincent Lefèvre 0470 81 43 12  
hug.lef@scarlet.be



### Faites germer vos projets !

Vous désirez  
organiser un pro-  
jet ou une action  
pour et avec des  
+ de 50 ans ?

### Contactez-nous !

### Activité ponctuelle

Découverte ludique  
de la Ville de Liège  
avec les élèves de  
la Haute école  
Charlemagne

Madame Dominé  
0499 29 18 58



### À la une ! Cours de Pilates

Liège Centre  
Béatrice Treskow  
0477 82 22 90

Gymnastique, système de mouvements  
qui vise à renforcer la musculature et to-  
nifier en longueur, à améliorer la posture  
et la capacité respiratoire, à rééquilibrer  
le corps, à calmer le système nerveux et  
à donner de l'énergie.

Vous aussi devenez volontaire !

### La Clairière de Fayenbois Cafétéria, Bibliothèque et Potager

Tous les dimanches, un groupe de volontaires  
propose une cafétéria conviviale à la maison  
de repos de Fayenbois, un potager collectif,  
et une bibliothèque toute la semaine.



Pour la cafétéria :  
Gisèle Sarlet 0473 29 53 31  
sarletgisele@gmail.com

Pour le potager :  
Marc Werelds 0471 634928  
marc.werelds.mw@gmail.com

Pour la bibliothèque :  
Anne Debatty 0478 95 29 36  
liege@eneo.be