

PLANNING ACTIVITES	SAISON 2021 - 2022						
	SALLE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
GYM MYRIAM 2 COURS	EN BAS	9h15 et 10h30					
GYM MONIQUE B.	EN BAS				10h00/11h00		
GYM GERARD 2 COURS	EN BAS		9h00 et 10H00				
GYM SOLANGE	EN BAS			15h00/16h00			
GYM MONIQUE N.	EN BAS				11h00/12h00		
TAI CHI JEAN-PAUL	EN BAS			10h00/11h00		10h00/11h00	
QI GONG JEAN-PAUL	EN BAS			8h45/9h45		8h45/9h45	
QI GONG ANNE MARIE	EN BAS	15h30/16h30					
QI GONG JACQUES 2 COURS	M.ANDRE		14h30 et 16h15				
YOGA	EN BAS				17h00 / 18h15		
DANSES DU MONDE	EN BAS			16h15/17h45		15h15/16h45	
DANSE COUNTRY 2 COURS	EN BAS		16h00 et 17h30		14h00/16H45		
TENNIS DE TABLE	GATIEN	9h00/11h00		8h00/12h30			
TIR A L'ARC		9h00/11h00	9h00 /11h00				
SWIN GOLF	RIEU		14h00 /16h00				
GOLF	NIMES	8h00/17h30			8h00/17h30		
RANDONNEES		Le vendredi : Voir programme spécifique					
MARCHE NORDIQUE CHRISTIAN	MANDELA				14h30/16h00		
MARCHE NORDIQUE MYRIAM				9h00			
ACTIVITES AQUATIQUES					9h15/10h20		
INFORMATIQUE Initiation	1ER	14h00/15h00					
INFORMATIQUE Tablette Phone	1ER			10h30/12h00			
INFORMATIQUE Photos	1ER			14h00/15h30			
MÉMOIRE EN EVEIL	Concierge		14h00/15h45		14h00/15h45		
AQUARELLE	Concierge	14h00/16h00	14h00/16h00	14h00/16h00			
PASTEL ACRYLIQUE	2ème				14h00/16h00		
INITIATION A LA MEDITATION	2ème					9h00 - 10h15 - 11h00	