

<u>PLANNING ACTIVITES</u>	SAISON 2022 - 2023					
	SALLE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
GYM MYRIAM	EN BAS	10h45/11h45		16h30/17h30		
GYM MONIQUE BARTHELEMY	EN BAS				10h00/11h00	
GYM MONIQUE NERDIG	EN BAS				11h15/12h15	
GYM GERARD 2 COURS	EN BAS		9h00 et 10H15			
GYM SOLANGE	EN BAS			14h00/15h00		
TAI CHI JEAN PAUL	EN BAS			10h00/11h00		10h00/11h00
TAI CHI JEAN PIERRE	CHAMSON			10h00/11h30		10h00/11h30
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 15h45			
QI GONG MARIE-PAULE 2 COURS	CHAMSON	14h00 et 15h15				
QI GONG MARTINE	EXTERIEUR			15h00/16h30		
DANSES DU MONDE	EN BAS	9h00/10h30				15h15/16h45
DANSE COUNTRY 2 COURS	EN BAS		16h00 et 17h30		14h00 et 15h00	
TENNIS DE TABLE	GATIEN	9h00/12h00		9h00/12h00		
TIR A L'ARC	PATINOIRE	9h00/11h00	9h00 /11h00			
SWIN GOLF	RIEU		14h00 /16h30			
GOLF		8h00/17h30			8h00/17h30	
RANDONNEES		Le vendredi : Voir programme spécifique				
MARCHE NORDIQUE	MANDELA				14h30/16h00	
MARCHE NORDIQUE MYRIAM					9h00/10h30	
ACTIVITES AQUATIQUES					9h15/10h30	
INFORMATIQUE Initiation	1ER	14h00/15h00				
INFORMATIQUE Images numériques	1ER		10h00/11h00			
INFORMATIQUE Smartphone			11h00/12h00			
MÉMOIRE EN EVEIL	Concierge		14h00/15h45		14h00/15h45	
AQUARELLE	Concierge	14h00/16h00	14h00/16h00	14h00/16h00		
ATELIER PEINTURE	2ème		14h00/16h00		13h30/16h00	
INITIATION A LA MEDITATION	2ème					9h00 - 10h15