

ACTIVITÉS SENIORS

JOUR	HORAIRES		ACTIVITÉS
Lundi	14h	16h	Théâtre
Mardi	11h	12h	Gym bien être
Mardi	14h30	16h30	Danses folkloriques
Mardi	10h	11h	Gym bien être
Mardi	10h45	12h	Yoga adapté
Mardi	14h30	15h45	Yoga adapté
Mardi/Vendredi	10h	12h	Cyber senior
Jeudi	14h30	16h30	Chorale Deci Delà
Jeudi	16h	17h	Gym bien être
Jeudi	14h30	16h	Toutes danses
Jeudi	16h	17h	Aquadouceur
Vendredi	9h30	11h	Marche nordique
Vendredi	14h30	16h30	Club senior
Vendredi	10h	11h30	Remue méninge, atelier mémoire
25/09, 9/10, 6/11, 20/11, 4/12, 18/12	10h	12h	Cycle sophrologie - Bien vieillir