



RATTRAPAGES ACTIVITÉS ADULTES 2020/2021

Ce calendrier concerne uniquement les rattrapages organisés entre le 21 juin et le 10 juillet

Activités	Jour	Horaire	Nombre de séance de rattrapage	Semaines de rattrapage		
				21-juin	28-juin	05-juil
Acrylique	vendredi	14h	2			
Aikido	vendredi	18h30				
Aikishintaiso	vendredi	20h	3			
Allemand	mardi	18h	1			
Analyse politique	jeudi	19h	1			
Anglais	lundi	19h30	2			
	lundi	18h15	2			
	mardi	18h45				
Aquarelle	vendredi	10h	2			
Arabe	jeudi	18h30				
	jeudi	20h				
Atelier chanson	mardi	15h30	3			
	mardi	18h30	3			
	mardi	20h30	3			
	jeudi	21h	3			
Atelier de création le corps dans tous ses états	jeudi	20h				
Atelier littéraire et créatif	jeudi	18h30	2			
Badminton	jeudi	20h45				
	jeudi	19h				
	vendredi	19h30				
	samedi	11h30				
	samedi	10h				
Badminton accès libre	lundi	12h15				
	jeudi	12h15				



RATTRAPAGES ACTIVITÉS ADULTES 2020/2021

Ce calendrier concerne uniquement les rattrapages organisés entre le 21 juin et le 10 juillet

Activités	Jour	Horaire	Nombre de séance de rattrapage	Semaines de rattrapage		
				21-juin	28-juin	05-juil
Balades dessinées	samedi	10h	1			
	samedi	14h	1			
Barre à terre	mardi	19h	2			
	jeudi	19h	2			
Basket	lundi	20h30				
	samedi	11h30				
Batucada bandana	lundi	20h30	3			
Batucada gaia	lundi	19h	3			
Boogie woogie	mercredi	20h45				
Boxe	mercredi	20h30				
	jeudi	20h30				
Calligraphie arabe, latine et hébraïque	samedi	9h				
Capoeira	vendredi	20h15				
Cardio boxe	mardi	17h45	2			
Cardio danse	mardi	19h	2			
Cardio renfo	mardi	12h30	3			
Chant choral	lundi	20h				
Chants et percussion du Brésil	lundi	19h				
Charleston solo	mardi	21h	2			
Chinois	lundi	19h	2			
	lundi	20h15	2			
	mercredi	20h	2			
Chorale gospel	mardi	18h45				
Chorale Polyphonerie	jeudi	19h				



RATTRAPAGES ACTIVITÉS ADULTES 2020/2021

Ce calendrier concerne uniquement les rattrapages organisés entre le 21 juin et le 10 juillet

Activités	Jour	Horaire	Nombre de séance de rattrapage	Semaines de rattrapage		
				21-juin	28-juin	05-juil
Clown	samedi	13h	2			
CNV 2eme groupe	vendredi	18h30	1			
Couture	mercredi	18h30	2			
	mercredi	20h	2			
	jeudi	9h30	2			
	jeudi	18h15	2			
	jeudi	20h15	2			
	vendredi	19h	2			
Création récup	lundi	20h	1			
Crosss training	jeudi	12h30	3			
	jeudi	17h30	3			
	jeudi	18h30	3			
Cuisine végétarienne	mardi	19h				
Cuisses abdos fessiers	mardi	16h45	2			
Cycle shiatsu	samedi	14h	2			
Cycle sophro et énergie de saison	vendredi	18h				
Danse africaine	lundi	18h30	1			
	lundi	20h	1			
Danse bollywood	jeudi	20h45	2			
Danse contemporaine	mercredi	20h30	3			
	mercredi	19h	3			



RATTRAPAGES ACTIVITÉS ADULTES 2020/2021

Ce calendrier concerne uniquement les rattrapages organisés entre le 21 juin et le 10 juillet

Activités	Jour	Horaire	Nombre de séance de rattrapage	Semaines de rattrapage		
				21-juin	28-juin	05-juil
Danse flamenco	lundi	18h	3			
Danse hip hop	mercredi	19h	2			
Danse modern'jazz	lundi	19h30	2			
	lundi	21h	2			
	mardi	20h	2			
	mercredi	20h30	2			
Danse orientale	vendredi	18h30	2			
Danse rock	lundi	18h				
	lundi	19h				
	mercredi	18h45				
	mercredi	19h45				
Dégustation, à la découverte des vins	mardi	20h30	2			
Dégustation, à la découverte des vins	jeudi	20h30	2			
Dessin/fusain/encre	lundi	12h15	3			
Dessin/peinture	mardi	18h30	2			
	mardi	20h30	2			
Do-in	mercredi	18h	3			
	mercredi	19h	3			
École d'éloquence	jeudi	20h	2			
Écriture autobiographique	jeudi	18h30	2			
Ecriture de chanson	samedi	14h30				
Escalade	jeudi	18h				
	jeudi	19h30				
	jeudi	21h				



RATTRAPAGES ACTIVITES ADULTES 2020/2021

Ce calendrier concerne uniquement les rattrapages organisés entre le 21 juin et le 10 juillet

Activités	Jour	Horaire	Nombre de séance de rattrapage	Semaines de rattrapage		
				21-juin	28-juin	05-juil
Espagnol	mardi	17h30	2			
	mardi	18h45	2			
	mardi	20h	2			
	vendredi	17h30	2			
Ethnofanfare	lundi	19h	2			
Faber & Mazlish - parler pour que les enfants écoutent	lundi	20h	1			
Feldenkrais	lundi	18h	1			
Foot en salle	lundi	18h30				
	mardi	20h30				
	vendredi	20h30				
Groupe musiques actuelles amplifiées	jeudi	19h	1			
Guitare	mercredi	17h	2			
	mercredi	18h	2			
	jeudi	18h	2			
	jeudi	19h	2			
	jeudi	20h15	2			
	jeudi	21h15	2			
Gym forme	mercredi	18h	2			
	mercredi	11h	2			
	mardi	9h	3			
Gym forme semaines impaires	mardi	20h15				



RATTRAPAGES ACTIVITÉS ADULTES 2020/2021

Ce calendrier concerne uniquement les rattrapages organisés entre le 21 juin et le 10 juillet

Activités	Jour	Horaire	Nombre de séance de rattrapage	Semaines de rattrapage		
				21-juin	28-juin	05-juil
Gym forme semaines paires	mardi	20h15				
Gym zen	mardi	9h	2			
Hand ball	vendredi	18h45				
	mardi	19h				
Herboristerie : à la rencontre des plantes	dimanche	9h30	1			
Herboristerie : les pratiques de l'herboristerie familiale	dimanche	14h	1			
Histoire de l'art	jeudi	19h				
Hu ying dao	lundi	19h				
Initiation informatique	lundi	14h				
	lundi	15h30				
	mardi	14h				
	jeudi	14h				
italien	lundi	17h				
	lundi	18h15				
	mercredi	17h				
	mercredi	18h15				
Jazz vocal	mardi	20h30				
Karaté	mardi	19h				
Langue des signes	lundi	18h				
	lundi	19h15				
Lindy hop	mardi	20h	2			
MAO	mardi	19h				
Marche nordique sportive	mercredi	18h30				



RATTRAPAGES ACTIVITÉS ADULTES 2020/2021

Ce calendrier concerne uniquement les rattrapages organisés entre le 21 juin et le 10 juillet

Activités	Jour	Horaire	Nombre de séance de rattrapage	Semaines de rattrapage		
				21-juin	28-juin	05-juil
Montagne, connaissance et randos	jeudi	18h30				
Multisports	vendredi	12h15				
Musiques trad	mercredi	20h15	2			
Natation	jeudi	20h				
Parlez cinéma	vendredi	18h30				
Pâtisserie	jeudi	19h				
	mardi	14h	6			
	mercredi	19h				
Peinture	lundi	14h30	3			
Peinture à l'huile	mardi	10h				
	mardi	13h30				
Peinture sur porcelaine	mardi	18h	3			
Pilates	lundi	12h30	1			
	lundi	17h15	1			
	mardi	10h	2			
	mardi	19h	2			
	mardi	20h	2			
	mardi	18h	2			
	mercredi	12h30	2			
	jeudi	12h30				
	vendredi	16h30	2			
	vendredi	15h30	2			
	vendredi	17h30	2			
Portugais	mardi	19h				
	mardi	20h15				



RATTRAPAGES ACTIVITES ADULTES 2020/2021

Ce calendrier concerne uniquement les rattrapages organisés entre le 21 juin et le 10 juillet

Activités	Jour	Horaire	Nombre de séance de rattrapage	Semaines de rattrapage		
				21-juin	28-juin	05-juil
Poterie/céramique	mardi	14h	3			
	mercredi	18h	3			
	mercredi	20h	3			
	jeudi	16h				
	jeudi	18h				
	jeudi	20h				
Qi gong	lundi	14h				
	jeudi	12h30	3			
Relaxation	lundi	9h30				
Relaxation musicale	mercredi	19h15	2			
Running	mardi	18h45				
Russe	mercredi	18h15				
	mercredi	19h30				
Salsa/danses latinos	mardi	20h	2			
Sculpture sur bois et pierre	vendredi	10h				
Self défense féminin	mercredi	19h15				
Solfège ludique	lundi	19h	2			
Sophrologie	mardi	17h30				
	mardi	18h45				
	mardi	20h				
Tai Chi	lundi	12h30				



RATTRAPAGES ACTIVITÉS ADULTES 2020/2021

Ce calendrier concerne uniquement les rattrapages organisés entre le 21 juin et le 10 juillet

Activités	Jour	Horaire	Nombre de séance de rattrapage	Semaines de rattrapage		
				21-juin	28-juin	05-juil
Théâtre	lundi	20h15	2			
	mardi	20h	3			
	mercredi	20h15	3			
	jeudi	20h15				
Théâtre altea	lundi	18h15	1			
Vannerie	lundi	9h	3			
	mercredi	18h30	2			
Vidéo et cinéma d'animation	lundi	19h15	3			
Vitrail	samedi	14h	2			
Volley	mercredi	21h				
	mercredi	19h30				
Yoga (Aline Chagnon)	jeudi	18h15	1			
	jeudi	19h30	1			
Yoga (Martin Emmanuel)	jeudi	18h15	2			
	jeudi	19h30	2			



RATTRAPAGES ACTIVITÉS ADULTES 2020/2021

Ce calendrier concerne uniquement les rattrapages organisés entre le 21 juin et le 10 juillet

Activités	Jour	Horaire	Nombre de séance de rattrapage	Semaines de rattrapage		
				21-juin	28-juin	05-juil
Yoga	lundi	18h30	2			
	lundi	19h45	2			
	mardi	9h30	2			
	mardi	12h15	2			
	mardi	17h30	2			
	mardi	18h45	2			
	mercredi	11h	2			
	mercredi	12h15	2			
	jeudi	10h45	1			
	jeudi	12h15	1			
	jeudi	17h	1			
	jeudi	20h45	2			
Yoga nidra	lundi	17h30	2			
Yoga post natal	jeudi	14h15	1			
Yoga prénatal	jeudi	15h30	1			
Zumba	samedi	9h	1			
	samedi	11h30	1			