



LE PROGRAMME DES ATELIERS



Activité Physique Adaptée

- Lundi 07 et 14 Février de 13h45 à 15h15
- Jeudi 03, 10 et 17 février de 14h00 à 15h30

Aquagym: inscription obligatoire

- Mercredi 09, 16 et 23 février 12h à 13h

Marche Nordique

- Samedi 05, 12, 19 et 26 Février 9h30 à 11h30

Soins esthétiques

- Mardi 01, 08, 15 et 22 février de 13h00 à 17h00

Sophrologie/EFT

- Mardi 01 février 10h00 à 11H30 Sophro en Visio
- Mardi 08 février 10h00 à 11H30 EFT en Visio
- Mardi 15 février 10h00 à 11H30 Sophro en présentiel
- Mardi 22 février 10h00 à 11H30 EFT en Visio

Atelier à la permanence 13h30 à 17h00

- Mardi 08 Février: Crêpes chandeleur
- Mardi 15 février: Peinture
- Mardi 22 février: Lecture

*Début des Vacances samedi 19 février,
reprise des activités 07 mars 2022*

« La Vie: C'est l'éclat d'une luciole dans la nuit, C'est le souffle d'un bison en hiver. C'est la petite ombre qui court dans l'herbe et se perd au couchant » Crow Foot-1890

Contactez Maryse: 06 72 21 31 52

