

# PLANNING DE VOS ACTIVITÉS ANNUELLES 2022/2023



	Activités	Horaire
Lundi	Gymnastique ( <i>gymnase Félix Faure</i> )	10h-11h ou 11h-12h
	Cartonnage	10h-12h
	Conversation en allemand	14h30-16h30
	Jeux Libre: Tarot, belote, Scrabble,...	14h-17h
	Jeux de mémoire	14h30-16h30
	Duplicate	14h-17h
	Club Informatique	14h30-16h30
	Aquagym ( <i>Villiers</i> )	16h15-17h
Mardi	Yoga	9h-10h ou 15h45-16h45
	Sortie à Vélo	9h-12H
	Couture	9h30-12h30 et 14h-17h
	Mosaïque ( <i>1 fois/ mois</i> )	14h-17h
	Restaurant	12h-14h
	Jeux Libre: Tarot, belote, Scrabble,...	14h-17h
	Art Floral ( <i>1 fois/ mois</i> )	14h-16h ou 16h-18h
	Tai Chi Chuan	14h-15h30
	Conversation en anglais	15h-16h30
	Danse de Salon	17h-18h
	Marche ( <i>Car</i> ) ( <i>1 fois/ mois</i> )	8h50-12h
Mercredi	Marche	8h50-12h
	Randonnée ( <i>1 fois/ mois</i> )	8h50-17h
	Gymnastique Douce	10H-11H ou 11h-12h
	Restaurant	12h-14h
	Tricot / Crochet	14h-17h
	Jeux Libre: Tarot, belote, Scrabble,...	14h-17h
	Feldenkrais	14h-15h ou 15h-16h
	Gymnastique	9h-10h ou 10h-11h
Jeudi	Cartonnage	9h30-11h30
	Aquagym ( <i>Villiers</i> )	11h45-12h30 ou 12h30-13h15
	Peinture	13h30-16h ou 16h-18h30
	Jeux Libre: Tarot, belote, Scrabble,...	14h-17h
	Informatique ( <i>Initiation/Internet</i> )	14h30-16h
	Duplicate	14h-17h
	Tai Chi Chuan	9h-10h30 ou 10h30-12h
	Restaurant	12h-14h
Vendredi	Peinture sur Porcelaine ( <i>2fois/mois</i> )	14h-17h
	Scrapbooking ( <i>1 fois/ mois</i> )	14h-17h
	Tricot / Crochet	14h-17h
	Jeux Libre: Tarot, belote, Scrabble,...	14h-17h
	Sophrologie ( <i>1 fois/15jours</i> )	14h-15h ou 16h45-17h45

Cours individuel de Tablette et Smartphone sur rendez-vous 6€