

PLANNING DE VOS ACTIVITÉS ANNUELLES 2024/2025



	Activités	Horaire
Lundi	Gymnastique (<i>Gymnase Félix Faure</i>)	10h-11h ou 11h-12h
	Cartonnage	10h-12h
	Conversation en allemand*	15h-16h30
	Jeux Libres*	14h-17h
	Remue-méninges*	14h30-16h30
	Club Informatique	14h30-16h30
	Aquagym (<i>Piscine de Villiers</i>)	16h15-17h
Mardi	Yoga	9h-10h ou 16h15-17h15
	Sortie à Vélo	9h-12h30
	Couture	9h30-12h30 ou 14h-17h
	Pilates	10h15-11h15 ou 11h15-12h15 ou 12h15-13h15
	Mosaïque (<i>1 fois/ mois</i>)	14h-17h
	Jeux Libres*	14h-17h
	Art floral (<i>1 fois/ mois</i>)	14h-16h ou 16h-18h
	Tai Chi Chuan	14h30-16h
	Conversation en anglais*	15h-16h30
Mercredi	Marche* (<i>dont Car 1 fois/ mois</i>)	8h50-12h
	Randonnée (<i>1 fois/ mois</i>)	8h50-17h
	Couture	9h30-12h30
	Scrapbooking	9h30-12h30
	Gymnastique Douce	10h-11h ou 11h-12h
	Restaurant*	12h-14h
	Jeux libres*	14h-17h
	Tricot / Crochet*	14h-17h
	Feldenkrais	14h-15h ou 15h-16h
Jeudi	Gymnastique tonique	9h-10h ou 10h-11h
	Généalogie (<i>1fois/mois</i>)	9h-10h30 ou 10h30-12h
	Aquagym (<i>Piscine de Villiers</i>)	11h45-12h30 ou 12h30-13h15
	Arts Plastiques et Peinture	14h00-16h30
	Jeux Libres*	14h-17h
	Initiation à l'Informatique (<i>9 séances</i>)	14h30-16h
	Danse de Salon	16h45-17h45
Vendredi	Tai Chi Chuan	9h-10h30 ou 10h30-12h
	Jeux Libres*	14h-17h
	Sophrologie (<i>1 fois/15jours</i>)	14h30-15h30