

# PLANNING DE VOS ACTIVITÉS ANNUELLES



	Activités	Horaires
Lundi	Gymnastique ( <i>Gymnase Félix Faure</i> )	10h-11h ou 11h-12h
	Cartonnage	10h-12h
	Conversation en allemand*	15h-16h30
	Duplicate et Tarot*	14h-17h
	Remue-méninges*	14h00-15h30 ou 16h-17h
	Club Informatique ( <i>1 fois/ 15 jours</i> )	14h30-15h30
	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
	Bridge*	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
	Scrapbooking ( <i>1 fois/ mois</i> )	9h30-12h30
	Gymnastique Douce	10h-11h ou 11h-12h
	Restaurant*	12h-14h
	Belote, Bridge, Jeux de société*	14h-17h
	Tricot / Crochet*	14h-17h
	Feldenkrais	14h-15h ou 15h-16h
Jeudi	Gymnastique tonique	9h-10h ou 10h-11h
	Généalogie ( <i>1 fois/ mois</i> )	9h-10h30 ou 10h30-12h
	Aquagym ( <i>Piscine de Villiers</i> )	11h45-12h30 ou 12h30-13h15
	Duplicate*	14h-17h
	Arts Plastiques et Peinture	14h-16h30
	Initiation à l'Informatique ( <i>5 séances puis 1 fois/15jours</i> )	14h30-16h
	Conversation en espagnol* ( <i>1 fois/ 15 jours</i> )	14h30-16h
Vendredi	Tai Chi Chuan	9h-10h30 ou 10h30-12h
	Tarot et Scrabble*	14h-17h
	Club Photo ( <i>1 fois/ 15 jours</i> )	14h-17h
	Danse en ligne ( <i>2 fois/ mois</i> )	14h-15h15 ou 15h30-16h45

Cours individuel de Tablette et de Smartphone sur rendez-vous.