

		LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI		
M A T I N		GYM ADAPTEE 9h00 - 10h15 <i>Salle Capion</i> Intervenante: Julien	STRETCHING 9h00 - 10h00 <i>Salle Sauvignon</i> Intervenante: Iliana	/	RELAXOLOGIE 9h30 - 11h00 <i>Salle Lolliot</i> Intervenante: Claire	GYM ADAPTEE 9h00 - 10h15 <i>Salle Capion</i> Intervenante: Julien		
			SOPHRO & PHILO 9h30 - 11h30 (semaine B) <i>Salle Capion</i> Intervenante: Marianne			GYM DOUCE 9h00 - 10h00 <i>Salle Sauvignon</i> Intervenante: Iliana		
		GESTE PREMIERS SECOURS 10h00 - 11h30 <i>Salle Lolliot</i> Intervenante: Marie G.	ATELIERS CREATIFS 9h30 - 12h00 (semaine A) <i>Salle Lolliot</i> Intervenante: Mercedes		MIXTE GYM/STRETCH 10h30 - 11h30 <i>Salle Sauvignon</i> Intervenante: Iliana	STRETCHING 10h00 - 11h00 <i>Salle Sauvignon</i> Intervenante: Iliana		
			MIXTE GYM/STRETCH 11h00 - 12h00 <i>Salle Sauvignon</i> Intervenante: Iliana			RANDONNEE DEBUTANT 9h00 - 12h00 <i>Salle Sauvignon</i> Intervenante: Séverine		
A P R E S - M I D I		CHANT 14h00 - 15h30 <i>Salle Cabernet</i> Intervenante: Benjamin	ATELIERS MEMOIRES /LOTO <i>En alternance</i> 14h30 - 17h00 <i>Salle Lolliot</i> Intervenante: Mercedes	/	KARAOKE 14h00 - 15h00 (1 semaine par mois) <i>Salle Lolliot</i> Intervenants: Michel et Pascal		RANDONNEE CONFIRME 14h00 - 17h00 Intervenante: Séverine C.	
					GYM DANS L'EAU 16h00 - 16h45 <i>Piscine Héraclès à St Brès</i> Intervenante: Justine		INITIATION NUMERIQUE INDIVIDUALISEE 14h00 - 17h00 (Toutes les 30 min) <i>Médianum</i> Intervenante: Sébastien	
		GYM DANS L'EAU 16h00 - 16h45 <i>Piscine Héraclès à St Brès</i> Intervenante: Justine			YOGA 17h00 - 18h00 <i>Salle Sauvignon</i> Intervenante: Iliana		FESTILOISIRS 14h00 - 16h00 <i>Médiathèque</i> Intervenante: Elisabeth	JEUX RENCONTRES 14h00 - 17h00 <i>Salle Lolliot</i>