



Programme des activités

Happy Days de la retraite sportive 2024/2025



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
<p><i>* Les activités en extérieur sont tributaires des conditions météo (pluie, vent très fort, froid, alerte orage). Les informations vous seront données par mail.</i></p>	<p>Départ 9 heures Marche Nordique* Rendez vous à 8h45 Parking en terre battue rond point du Collège St André (Joëlle, Francis, José)</p> <p>De 9h à 11h Marche Aquatique Rendez vous parking du camping Roussillonnais (Didier, Lydie)</p> <p>Départ 9 heures Marche de proximité Rendez-vous voir programme (Bernadette, Annie, Patrick)</p>	<p><u>Salle jeux de l'esprit</u> 9h30 à 10h30 Gym maintien en forme (Martine)</p> <p>De 10h40 à 11h40 Gym douce (Martine)</p> <p><u>Salle polyvalente</u> De 10h30 à 11h45 (Dominique)(Josiane) Gym maintien en forme</p> 	<p>Départ 9 heures Petite randonnée* Rendez-vous voir programme (Serge, Béatrice, Fathia Micheline, Jean-Claude)</p> 	<p><u>Salle des jeux de l'esprit :</u> De 9h15 à 10h15 Gym douce (véronique Josiane)</p> <p>De 10h30 à 11h45 Gym maintien en forme (Dominique Josiane)</p> <p><u>Salle Polyvalente</u> De 9h à 10h30 Line danse N3+/4 (Gisèle)</p> <p>10h30 à 12h Line danse et country (Lydie) Révisions du mercredi</p>	<p>Randonnée pour la Journée* Heure de départ selon programme Rendez-vous voir programme (Florian, Didier, Christian, Serge, Fathia, Michel, Jean-Claude)</p>  <p><u>Salle polyvalente ou salle des jeux de l'esprit</u> De 9h45 à 10h45 Gym maintien en forme (Martine)</p>
<p>ATTENTION : <i>Les adhérents s'engagent à respecter les statuts, le règlement intérieur et les annexes (consultables sur le site web).</i></p>	<p><u>Salle polyvalente</u> De 14h à 15h Atelier Remue Méninges (Marie-Christine)</p> <p>De 15h15 à 18h Atelier Jeux (Bernadette)</p> <p>De 14h à 18h Arts créatifs (Claudine)</p>	<p><u>Salle polyvalente</u> De 13h30 à 14h30 Nouveau cours Line danse N1 (Gisèle Patricia)</p> <p>De 14h30 à 15h30 Line danse N 2 (Patricia)</p> <p>De 15h30 à 16h30 Line danse N3 (Patricia)</p> <p>16h30 à 17h30 Line danse N3+ (Gisèle)</p>	<p><u>Salle polyvalente</u> De 14h 00 à 15h00 Line danse et country N1 (Lydie)</p> <p>De 15h 00 à 16h00 Line danse et country N2 (Lydie)</p> <p>De 16h 00 à 17h30 Line danse et country N3 N4 (Lydie)</p> 	<p><u>Salle polyvalente</u> De 13h à 16h45 Théâtre (Claude et Gilles)</p> 	