

PLANNING DES ACTIVITES

JOUR	ACTIVITE	HORAIRES	LIEU
Lundi	Balade	9h30 à 13h ou 16h	
	Tennis	11h00 à 12h00	Tennis Club de Venelles
	Danse de Salon	14h30 à 16h45	La Grand Bastide Val St André
	Yoga	16h00 à 17h15	Château de l'Horloge
Mardi	Gymnastique	9h15 à 10h00	Salle Maison Arts de Combat du Val de l'Arc
	Gymnastique Douce	10h00 à 10h45	Salle Maison Arts de Combat du Val de l'Arc
	Activ'Mémoire	10h30 à 11h30	Parc du Val de l'Arc
	Danse en Ligne	14h00 à 15h30	La Grand Bastide Val St André
	Danse en Ligne	15h45 à 17h15	La Grand Bastide Val St André
	Pétanque	14h15 à 17h00	Parc du Val de l'Arc
Jeudi	Pilates	9h15 à 10h15	Salle Maison Arts de Combat du Val de l'Arc
	Stretch Bien Etre	10h15 à 11h15	Salle Maison Arts de Combat du Val de l'Arc
	Qi Gong	10h30 à 11h30	Parc de Cuques
	Yoga sur Chaise	10h30 à 11h30	La Grand Bastide Val St André
	Pétanque	14h15 à 17h00	Parc du Val de l'Arc
Vendredi	Randonnée	Journée (env. de 9h00 à 16h00)	
	Jeux de Société	15h00 à 18h00	La Grand Bastide Val St André