

**ACTIVITES 2024 / 2025 à la Maison des Associations**

	<i>Démarrage</i>	MATIN	APRES-MIDI
<b>ESPAGNOL</b>	<b>23-sept</b>		
lundi			<b>3 cours</b>
hors débutants			14h00
			15h00
			16h00
mardi		<b>2 cours</b>	<b>2 cours</b>
débutants : mardi 15h00 uniquement		9h45-10h45	14h00
		10h45 - 12h00	15h00
mercredi			<b>2 cours</b>
hors débutants			14h00
			15h00
<b>ANGLAIS NIVEAU AVANCE</b>	<b>02-oct</b>		
mercredi		10h00-11h30	
<b>ANGLAIS NIVEAU INTERMEDIAIRE</b>			
mardi			16h00-17h30
<b>DESSIN-PEINTURE</b>	<b>03-sept</b>		
mardi		9h00-11h30	
mercredi		9h00-11h30	
jeudi		9h00-11h15	
vendredi		9h00-11h15	
<b>GYM DOUCE</b>	<b>16-sept</b>		
lundi		9H30-10H30	
vendredi		11H30-12H30	
<b>HATHA YOGA ET YOGA NIDRA</b>	<b>16 sept - 12 personnes *</b>		
lundi		10h30 - 12h00	
<b>PILATES</b>	<b>16-sept</b>		
lundi			17h40-18h40
mardi			17H30-18H30
jeudi		11H30-12H30	
<b>STRETCHING</b>	<b>16-sept</b>		
mardi			16h15-17h15
<b>VINI YOGA</b>	<b>16-sept</b>		
mercredi			18H15-19H45
<b>GESTION DU STRESS PAR LA MEDITATION DE PLEINE CONSCIENCE</b>	<b>8 personnes*</b>		
lundi (session de 11 semaines)			14H00-15H45
<b>QI GONG</b>	<b>16 sept - 6 personnes *</b>		
lundi			16h00 - 17h15
<b>SOPHRO-RELAXATION</b>	<b>16 sept - 6 personnes *</b>		
mardi			18h30-19h30
<b>TAI CHI CHUAN</b>	<b>16 sept - 4 personnes *</b>		
lundi			18h50-19h50
<b>LINE DANCE niveau débutant</b>	<b>16 sept - 6 personnes *</b>		
jeudi			18h45-19h45
<b>BRIDGE</b>	<b>16-sept</b>		
mercredi			14h00-18h00
<b>BELOTE</b>	<b>16-sept</b>		
jeudi			14h15-18h30
<b>TAROT</b>	<b>16-sept</b>		
vendredi			14h00-18h00

**ACTIVITES à l'Hôtel Jules Verne**

<b>CLUB DE LECTURE</b>			
1er groupe 2ème jeudi du mois	<b>12-sept</b>		14h30
2ème groupe 3ème jeudi du mois	<b>19-sept</b>		14h30
<b>ATELIER MÉMOIRE</b>			
4ème jeudi du mois	<b>26-sept</b>		14h30

\* Nombre de personnes préalable à l'ouverture de l'activité