

ACTIVITES 2025 / 2026 par jour 2ème étage			1er étage
	MATIN	APRES-MIDI	
LUNDI	Gym douce 9h30-10h30	Art Thérapie*	Espagnol intermédiaire 10h15 Intermédiaire 11h30 ou 15h15 avancé 9h00 ou 14h00
		13h45 - 15h45 (2 x mois)	
		Qi gong	
		16h00 - 17h15	
		Pilates	
MARDI	Dessin-Peinture 9h00-11h30	17h30-18h30	
		English conversational class (niv. Avancé)	
		14h30 - 16h00 2 fois /mois	
		Anglais (niv. Intermédiaire)	
		16h00 - 17h15	
MERCREDI	Dessin-Peinture 9h00-11h30	Stretching renforcement musculaire	
		17h30 - 18h30	
JEUDI	Dessin-Peinture 9h00-11h15 Pilates 11h30-12h30	Bridge	Anglais (niveau avancé) 10h00 - 11h30
		14h15-17h30	
		Belote	
		14h15-18h30	
		Qi Gong	
VENDREDI	Dessin-Peinture 9h00-11h15 Gym douce 11H30-12H30	18h45 - 19h45	Espagnol Débutant 10h15 ou 14h00 Intermédiaire 11h30 ou 15h15 avancé 9h00
		Tarot	
		14h00-18h00	