

Programme du 07 au 12 septembre

Lundi

07
Sept



9h30-10h30 : Equilibre [Salle Polyvalente](#)
 9h30-10h15 : Fitness Doux [Salle de Conférence](#)
 10h-12h : Dessin / Peinture [Salle Loisirs Créatifs](#)
 10h30-11h15 : Gainage [Salle de Conférence](#)
 11h-12h : Pilates [Salle Polyvalente](#)
 11h30-12h30 : Tuto : Bien utiliser l'Intelligence Artificielle (IA) [Salle Informatique](#)
 12h15-13h15 : Yoga [Salle Polyvalente](#)
 14h-16h00 : Jeux de société [Salle Polyvalente](#)
 14h30-16h30 : Rummikub [A Pignata](#)
 16h30-18h30 : Le Grand Karaoké de la Rentrée [A Pignata](#)

Mardi

08
Sept



9h15-10h00 : Renforcement Musculaire [Salle Polyvalente](#)
 9h30-16h30 : Sortie shopping à Camporosso - [Rdv Espace Lamartine](#)
 10h15-11h00 : Fitness Doux [Salle Polyvalente](#)
 11h30-12h30 : Jeux Mémoire [Salle de Conférence](#)
 14h00-16h00 : Ciné Débat [Salle Informatique](#)
 14h30-15h30 : Pilates [Salle Polyvalente](#)
 14h30-16h30 : Jeux de Cartes [A Pignata](#)
 16h30-18h30 : Répétition de Théâtre [Salle de Conférence](#)

Mercredi

09
Sept



9h30-10h00 : Cardio Rythmé [Salle Polyvalente](#)
 10h15-11h00 : Fitness Rythmé [Salle Polyvalente](#)
 11h15-12h45 : Danse en ligne [Salle Polyvalente](#)
 11h30-12h30 : Jeux Informatique [Salle Informatique](#)
 13h30-14h30 : Yoga [Salle Polyvalente](#)
 14h00-16h30 : Jeux de Cartes [Salle de Conférence](#)
 14h30-16h30 : Décoration d'une boîte en découpatch [Salle Loisirs Créatifs](#)
 14h45-15h45 : Stretching [Salle Polyvalente](#)
 17h-17h45 : Taïso Avancé [Salle Polyvalente](#)
 18h-18h45 : Taïso Initiation [Salle Polyvalente](#)

Jeudi

10
Sept



11h15-13h : Quiz Culture Générale [Salle de Conférence](#)
 14h30-16h30 : Cyanotype photo [Salle Loisirs Créatifs](#)
 14h30-15h30 : Stretching [Salle Polyvalente](#)
 17h15-18h30 : Step et Stretching [Salle Polyvalente](#)
 17h15-18h45 : Jeux de Cartes : Initiation Buraco [A Pignata](#)

vendredi

11
Sept



9h30-10h30 : Equilibre [Salle Polyvalente](#)
 9h30-11h : Initiation Informatique [Salle Informatique](#)
 9h30-10h15 : Assouplissements [Salle de Conférence](#)
 10h-12h : Couture : confection de coussins cœur pour l'association "Ecoute, cancer et réconfort" [Salle Loisirs Créatifs](#)
 10h30-11h15 : Renforcement Gainage [Salle Polyvalente](#)
 11h30-12h15 : Fitness Avancé [Salle Polyvalente](#)
 11h30-12h30 : Atelier d'écriture [Salle Informatique](#)
 14h-16h30 : Atelier Bricolage [Salle Loisirs Créatifs](#)
 14h30-16h30 : Théâtre avec intervenant [Salle de Conférence](#)
 14h30-16h30 : Jeux de Cartes [A Pignata](#)
 17h-18h45 : Dessin / peinture [Salle Loisirs Créatifs](#)

Samedi

12
Sept



10h00-10h45 : Gym sur chaise [Salle Polyvalente](#)
 11h00-11h45 : Step [Salle Polyvalente](#)
 12h00-12h45 : Équilibre et Coordination [Salle Polyvalente](#)
 14h-17h30 : Introduction et ouverture du Ciné-Club + Projection de film [Salle de Conférence](#)
 14h30-15h15 : Happy Pilates visioconférence [Salle polyvalente](#)
 15h30-16h15 : Happy Stretching visioconférence [Salle polyvalente](#)