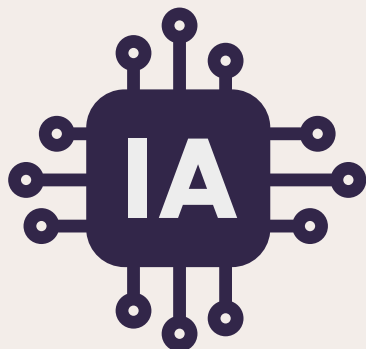
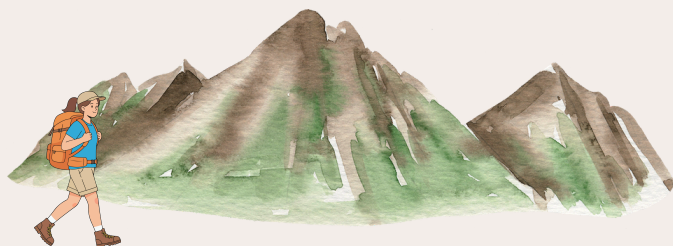


Programme du 20 au 24 avril :

Lundi 20 avril

- 9h-16h30 : Randonnée au Mont ours et les 3 sommets - Niveau 2 ★★★
Durée : 4h25 - Distance : 9km - Dénivelé : 650m
Prévoir le pique-nique - *RDV Parking des Salines*
- 10h-12h : Danse en ligne - *Salle A Fabrica*
- 12h-12h45 : Fitness rythmé - *Salle A Fabrica*
- 14h-16h30 : Après-midi récréative consacrée à la danse, avec des initiations aux danses de salon, des chorégraphies et un spectacle présenté par une professionnelle.
Espace Léo Ferré



Mardi 21 avril

- 8h30-16h : Visite du jardin des fleurs à Mouans Sartoux
Prix : 16€ (visite guidée) à régler avant le 14.04
Prévoir le pique-nique - *Rdv parking des Salines*
- 9h-9h45: Fitness doux- *Salle A Fabrica*
- 10h-10h45 : Gainage (apporter son tapis) - *Salle A Fabrica*
- 11h-12h : Chant - *Salle A Fabrica*
- 14h-16h : Loisirs créatif : Projet film 3D confection des décors et personnages - *Casa d'I Soci*
- 15h-16h30 : Jeux d'échec - *Salle A Fabrica*
- 16h30-17h30 : Initiation sur l'Intelligence Artificielle - *Casa d'I Soci*
- 17h45-18h45 : Initiation sur l'Intelligence Artificielle - *Casa d'I Soci*

Mercredi 22 avril

- 9h-9h45 : Gym douce - *Casa d'I Soci*
- 10h-10h45 : Gainage et renforcement - *Casa d'I Soci*
- 10h30-12h : Jeux mémoire - *Casa d'I Soci*
- 11h-12h : Fitness - *Casa d'I Soci*
- 14h-16h : Séance cinéma : Michael Jackson
Paiement sur place - *Cinéma Les Beaux Arts*
- 14h-16h30 : Loisirs créatif : Projet film 3D confection des décors et personnages - *Espace Léo Ferré*
- 14h-16h45 : Jeux de cartes rami/belotte - *Espace Léo Ferré*



Jeudi 23 avril

- 9h30-11h30 : Marche oxygénation - *RDV parking plage Marquet*
- 10h-12h : Rencontre littéraire avec Damien Lecamp, auteur du roman : "Un père sur un banc" - *Salle A Fabrica*
- 10h30-12h : Jeux mémoire - *Foyer Sainte Devote*
- 14h-15h : Chant - *Salle A Fabrica*



Vendredi 24 avril **Férié**

