

Programme du 17 au 22 août

Lundi

17
Août



9h30-10h30 : Equilibre – Salle polyvalente
9h30-11h : Café des passions – Salle de conférence
10h-12h : Dessin/peinture – Salle loisirs créatifs
11h-12h : Pilates – Salle polyvalente
12h15-13h15 : Yoga – Salle polyvalente
14h30-16h30 : Jeux de cartes – A Pignata

Mardi

18
Août



11h-12h : Stretching – Salle polyvalente
11h-12h : Chant – Salle de Chant
11h30-12h30 : Jeux mémoire – Salle de conférence
14h30-15h30 : Pilates – Salle polyvalente
14h30-16h30 : Jeux de société – A Pignata
17h30-18h30 : Cardio drum – Salle polyvalente

Mercredi

19
Août



9h30-10h30 : Gym douce – Salle polyvalente
10h45-11h45 : Stretching – Salle polyvalente
11h30-13h : Happyvisio : Les bobos de l'été au naturel
Salle informatique
10h30-12h : Initiation danse de salon – Salle polyvalente
13h30-14h30 : Yoga – Salle polyvalente
14h30-16h30 : Loisirs créatifs : confection de fleurs en papier crépon – Salle loisirs créatifs
14h45-15h45 : Stretching – Salle polyvalente
16h-16h45 : Fitness avancé – Salle polyvalente
16h30-18h30 : Ciné-débat : « Survivre aux catastrophes : les stratégies de la nature » – Salle informatique

Jeudi

20
Août



9h-11h : Longe côte – Rdv Larvotto Handiplage
11h30-13h : Podcast mémoire recueil et transmission de témoignages individuels – Salle conférence
12h-13h : Stretching – Salle polyvalente
14h-15h : Chant – Salle de Chant
14h30-15h30 : Stretching – Salle polyvalente
14h30-16h30 : Loisirs créatifs : confection de tableaux en acrylique pouring – Salle loisirs créatifs
15h45-16h45 : Tai-chi – Salle polyvalente
17h-18h30 : Voyage dans le temps : animation collective – Salle de conférence

vendredi

21
Août



9h30-10h30 : Equilibre – Salle polyvalente
9h30-11h : Café passion – Salle conférence
10h-12h : Atelier couture – Salle loisirs créatifs
10h45-12h15 : Initiation danse de salon – Salle polyvalente
11h15-12h15 : Jeux mémoire – Salle conférence
14h30-16h30 : Karaoké – Salle polyvalente
14h30-16h30 : Jeux de société – A Pignata
16h45-18h30 : Dessin/peinture – Salle loisirs créatifs
17h30-18h30 : Tai-chi – Salle polyvalente

Samedi

22
Août



10h-11h : Stretching-relaxation – Salle polyvalente
11h15-12h : Renforcement musculaire – Salle polyvalente
14h30-16h30 : Karaoké – chansons d'été – Salle polyvalente
14h30-16h30 : Loisirs créatifs : Création de mandala – Salle Loisirs créatifs