

Programme du 23 au 27 février:

Lundi 23 février

- 12h30-13h30 : Yoga - *Salle de sport de la piscine St Charles*
 14h-16h30 : Loisirs créatifs : création d'aimant sur le thème de l'hiver
Espace Léo Ferré
 14h-16h30 : Jeux mémoire - *Salle A Fabrica*



Mercredi 25 février

- 9h-9h45 : Gym douce - *Casa d'I Soci*
 9h30-12h : Marche nordique - *Plateau de la Justice à Eze*
Rdv Parking des Salines RDC
10h-10h45 : Gainage et renforcement - *Casa d'I Soci*
10h-12h : Expression corporelle - *Casa d'I Soci*
11h-12h : Fitness - *Casa d'I Soci*
13h30-14h30 : Yoga - *Casa d'I Soci*
14h30-15h30 : Stretching- *Casa d'I Soci*
14h-16h30 : Découverte de nouveaux jeux de société - *Foyer Sainte Dévote*
14h-16h30 : Jeux de cartes : Rami/Belote - *Espace Léo Ferré*
15h-16h30 : HappyVisio Vidéoconférence : « Les Légumineuses : Ces trésors oubliés de notre alimentation » - *Casa d'I Soci*



Mardi 24 février

- 8h-18h :** Sortie Boréon : raquette et visite du Parc Alpha
Prix : **45€** à régler avant le 17/02 (le prix comprend : matériel raquette, déjeuner & visite du parc Alpha).
Rdv Parking des Salines RDC
 Gym Douce - *Foyer Sainte Dévote*
 Fitness - *Foyer Sainte Dévote*
 Chant - *Salle A Fabrica*
 Scrabble et jeux de lettres - *Foyer Sainte Dévote*
 Pilates - *Casa d'I Soci*
 Conférence présentée par Thierry Vilette - *Salle A Fabrica*
 Circuit training - *Casa d'I Soci*
 Stretching - *Casa d'I Soci*



Jeudi 26 février

- 9h30-12h30 :** Atelier couture - *Salle A Fabrica*
10h-12h : Dessin/peinture - *Casa d'I Soci*
10h30-12h : Jeux mémoire - *Salle A Fabrica*
10h-12h : Loisirs créatifs : Bois flotté - *Casa d'I Soci*
13h30-14h30: Pilates - *Salle de sport de la piscine St Charles*
14h-15h : Chant - *Salle A Fabrica*
14h30-15h30: Stretching - *Salle de sport de la piscine St Charles*
14h30-15h30 : Tai-chi - *Casa d'I Soci*

Vendredi 27 février

- 9h-17h : Festival du jeux à Cannes
Prix : **10€** à régler avant le 20/02
 Prévoir achats sur place pour restauration
Rdv Parking des Salines RDC
9h30-11h30 : Réveil musculaire - *rdv parking de la plage Marquet, à l'entrée du sentier*
10h-12h : Atelier couture - *Salle A Fabrica*=
14h-16h30 : "Atelier animation : film 3D" - *Espace Léo Ferré*
15h-16h30 : Jeux mémoire - *Casa d'I Soci*

