

# Programme du 10 au 15 août

Lundi

10  
Août



- 9h30-10h30 : Équilibre – Salle Polyvalente
- 10h-12h : Dessin /Peinture – Salle loisirs Créatifs
- 10h-16h : Challenge pétanque et disc golf – Parc du Pian Menton
- ✓ Prévoir pique-nique
- 11h30-12h30 : Jeux de mémoire – Salle conférence
- 14h-16h45 : Loisirs Créatifs : Décors théâtre Petit Prince – Salle loisirs créatifs
- 17h30-18h30 : Fitness rythmé – Salle Polyvalente

Mardi

11  
Août



- 11h-12h : Stretching – Salle polyvalente
- 11h-12h : Chant – Salle de Chant
- 14h30- 17h : Visite: L'exposition "Le Mariage du siècle" au Palais suivi d'un goûter à la crêperie du rocher – Rdv devant le Palais
- 17h30-18h30 : Cardio drum – Salle polyvalente

Mercredi

12  
Août



- 9h30-10h : Cardio – Salle polyvalente
- 10h-10h45 : Fitness rythmé – Salle polyvalente
- 11h-12h30 : Danse en ligne – Salle polyvalente
- 14h30-16h30 : Forum des lecteurs – Salle de conférence
- 14h30-16h30 : Loisirs créatifs : confection boucles d'oreilles et bracelets en perles – Salle loisirs créatifs
- 16h-16h45 : Gym douce – Salle polyvalente
- 19h-23h : Soirée Astrorama Eze
- € Prix : 12.50€ ✓ Prévoir : pique-nique

Jeudi

13  
Août



- 9h-10h30 : Longe-côte au Larvotto – Rdv Handi Plage
- 11h15-12h : Stretching – Salle polyvalente
- 11h30-13h : Atelier d'écriture – Salle loisirs créatif
- 14h-17h : Initiation couture – Salle loisirs créatifs
- 15h45-16h45 : Tai-chi – Salle polyvalente

vendredi

14  
Août



- 9h30-10h30 : Équilibre – Salle polyvalente
- 10h-12h : Atelier couture – Salle loisirs créatifs
- 11h15-12h : Jeux mémoire – Salle Conférence
- 11h30-12h30 : Cours informatique : comment créer un compte client – Salle informatique
- 14h-16h30 : Loisirs créatif : atelier projet film 3D – Salle loisirs créatifs
- 14h30-16h30 : Théâtre avec intervenant – Salle de conférence
- 16h45-18h30 : Dessin/peinture – Salle loisirs créatifs
- 17h-18h30 : Jeux à thème – A pignata
- 17h30-18h30 : Tai-chi

Samedi

15  
Août

