

Programme du 25 au 29 mai :

Lundi 25 mai

Férieré



Mercredi 27 mai

- 9h30-10h15 : Gym douce - *Casa d'I Soci*
9h30-12h : Pétanque *au Stade du Devens*
RDV au parking des Salines
10h30-11h15 : Gainage et renforcement - *Casa d'I Soci*
11h30-12h15 : Fitness - *Casa d'I Soci*
13h30-14h30 : Yoga - *Casa d'I Soci*
14h30-15h30 : Stretching - *Casa d'I Soci*
14h30-16h30 : Balade relaxation au Jardin des Douaniers
RDV Chemin des douaniers - parking Marquet
15h-16h30 : Marche pied dans l'eau - *RDV au Larvoto Côté Pierre Frola*



Vendredi 29 mai

- 9h30-12h : Marche nordique Fort de la Revère
RDV au parking des Salines
10h-10h45 : Gym sur chaise - *Casa d'I Soci*
10h-12h : Atelier couture - *Salle A Fabrica*
10h30-12h30 : Pétanque - *Parc Princesse Antoinette*
11h-11h45 : Assouplissements - *Casa d'I Soci*
14h30-16h30 : Rencontre Prix Prince Pierre - *Casa d'I Soci*
14h30-16h30 : Théâtre avec intervenant - *Casa d'I Soci*
15h-16h30 : Jeux de mémoire - *Salle A Fabrica*

Mardi 26 mai

- 9h30-10h15 : Gym douce - *Casa d'I Soci*
10h30-11h15 : Gainage - *Casa d'I Soci*
10h30-12h : Danse en ligne - *Salle anniversaire*
11h-12h : Chant - *Salle A Fabrica*
11h30-12h15 : Cardio fitness - *Casa d'I Soci*
11h30-12h15 : Initiation Bao Pao - *Académie de Musique*
12h-12h45 : Fitness rythmé - *Salle anniversaire*
14h-15h15 : Initiation smartphones Samsung et Android
Casa d'I Soci
14h30-16h30 : Jeux de cartes - *Salle anniversaire*
15h30-16h30 : Initiation smartphones Apple - *Casa d'I Soci*
16h45-17h45 : Equilibre et coordination - *Casa d'I Soci*
18h-18h45 : Stretching - *Casa d'I Soci*



Jeudi 28 mai

- 9h30-16h30 : Visite du Sanctuaire de Laghet
Prix : **18€** (déjeuner) à régler avant le 21/05
 *RDV au parking des Salines*
10h-12h : Atelier culinaire : "Construisons ensemble le menu du restaurant A Pignata" - *Salle anniversaire*
10h-12h : Dessin/peinture - *Casa d'I Soci*
10h-12h : Jeux de société - *Salle A Fabrica*
10h-12h : Atelier d'écriture - *Casa d'I Soci*
13h30-14h30 : Pilates - *Salle de sport de la piscine St Charles*
14h30-15h30 : Stretching - *Salle de sport de la piscine St Charles*
14h-15h : Chant - *Salle A Fabrica*
14h30-15h30 : Tai-chi - *Casa d'I Soci*

