

Programme du 17 au 21 novembre:

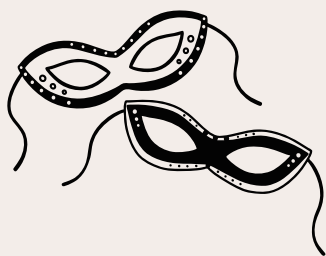
Lundi 17 novembre

- 10h-11h : Danse en ligne - *Nouvelle digue*
11h15-12h : Gainage et renforcement Niveau 1- *Nouvelle digue*
10h-14h : Atelier culinaire "Tartines gourmandes & toasts santé" - *Salle anniversaire*
11h-12h : Pilates - *Salle A Fabrica*
12h30-13h30 : Yoga - *Salle A Fabrica*
12h15-13h : Fitness rythmé - *Nouvelle digue*
14h30-16h15: Atelier fait maison : les produits ménagers - *Salle A Fabrica*



Mardi 18 novembre

- 10h-12h : Théâtre avec un intervenant - *Salle anniversaire*
11h30-12h15 : Initiation Bao Pao - *Académie de Musique*
12h15-13h : Fitness rythmé - *Salle anniversaire*
14h-16h : Atelier loisirs créatifs : création d'une œuvre pour la semaine de l'environnement (SERD) - *salle anniversaire*
14h-15h : Chant - *Salle A Fabrica*
14h30-15h30 : Pilates - *Casa d'I Soci*
15h-16h30 : Chorale - *Résidence Bellando di Castro*



Mercredi 19 novembre

Fête Nationale



Jeudi 20 novembre

- 10h-12h : Dessin/peinture - *Casa d'I Soci*
10h30-12h : Remise des médailles - course virtuelle à la voile - *Casa d'I Soci*
14h30-16h : Cours de danse en ligne avec l'association "Munegu Country Western Dance"
Prévoir des chaussures réservées aux activités d'intérieur - *Escorial*
14h-15h : Chant - *Salle A Fabrica*
14h30-15h30 : Tai-chi - *Casa d'I Soci*



Vendredi 21 novembre

- 9h-10h15 : Equilibre et coordination motrice - *Salle A Fabrica*
10h30-11h30 : Stretching - *Salle A Fabrica*
14h-15h15 : Jeux mémoire - *Salle A Fabrica*
15h30-16h15: Gym Douce - *Salle A Fabrica*
14h30 : Visite guidée de l'exposition "Cactus" - *Villa Sauber*

