

Lundi

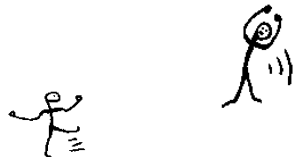
- Gym Tonique/Fitness "Marlène"

9h15 – 10h15

Maison Pour Tous des Roches

*

Espace 150



- Qi Gong soir**

18h30 – 20h00

Maison Pour Tous

Esp.150 *



A Association
A Animation
Q Quartier
R Roches

Mardi

- Gym Trad' "Valérie"

9h00 – 10h00

Maison Pour Tous *

Espace 150



Jeudi



- Sorties pédestres ou neige (selon programme)



- Gym « Pilates Marlène

8h30 – 9h30

Maison Pour Tous Esp.150



- Qi Gong matin

10h15 – 11h45

Maison Pour Tous * ou extérieur



Vendredi

- Stretching "Valérie"

8h50 – 9h50

Maison Pour Tous

Espace 150



Maison Pour Tous * : Maison Pour Tous du Quartier des Roches – Espace 150 - à partir du **lundi 9 septembre 2024**

**** Voir tarif directement avec Dany.**