








Programme des activités Happy Days de la retraite sportive 2019/2020

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
<p><i>*Les activités en extérieur sont tributaires des conditions météo (pluie, vent très fort, froid, alerte orage). Les informations vous seront données par mail.</i></p>	<p>De 9h à 11h Marche Nordique* 2 niveaux Rendez vous à 8h45 Parking Collège St André</p> 	<p>9h à 10h et 10h30 à 11h30 Informatique (initiation)</p> <p>9h à 10h Gym corporelle et énergétique (Gilles)</p> <p>De 9h à 10h Gym douce (Martine D)</p> <p>De 10h15 à 11h15 Gym douce (Martine D)</p> <p>De 10h15 à 11h45 Gym maintien en forme (Marie-Claire)</p>	<p>Longe côte* d'avril à novembre Rendez vous à 8h30 Parking Espace Carrère - Argeles ou à 8h45 à Saint Cyprien</p> <p>Petite randonnée* Rendez vous à 8h45 Parking Espace Carrère - Argeles</p> 	<p>De 9h à 11h Marche de proximité* Rendez vous à 8h45 Parking Espace Carrère - Argeles</p> <p>De 9h15 à 10h15 Gym douce (Véronique)</p> <p>De 10h30 à 11h30 Gym maintien en forme (Marie-Claire)</p> <p>De 10h30 à 12h Gym corporelle et énergétique (Gilles) Salle des Aigles Valmy</p>	<p>De 9h et pour la Journée Randonnée* Rendez vous à 8h45 Parking Espace Carrère - Argeles</p> <p>De 9h45 à 10h45 Gym maintien en forme (Martine L)</p> 
<p>ATTENTION : <i>Le règlement intérieur sécuritaire (sur deux pages) est à lire et à signer obligatoirement</i></p>	<p>De 14h15 à 15h15 Atelier Remue Méninges</p>  <p>De 15h30 à 17h Line dance intermédiaire (4eme année)</p>	<p>De 14h à 15h Line dance Débutant 2 (2eme année)</p> <p>De 15h à 16h30 Line dance Novice 1(3eme année)</p>	<p>De 14h à 16h Line dance initiation/débutant 1</p> <p>De 16h à 17h30 Line dance Novice 2 (3eme année ++)</p>	<p>De 14h à 17h Atelier Théâtre</p> 	<p>De 14h à 17h Atelier Jeux</p>  <p>De 14h à 16h Line dance débutante</p>