








Programme des activités

Happy Days de la retraite sportive 2022/2023



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
<p>* Les activités en extérieur sont tributaires des conditions météo (pluie, vent très fort, froid, alerte orage). Les informations vous seront données par mail.</p>	<p>Marche Nordique* Rendez-vous à 8h45 Parking en terre battue rond point du Collège St André (Joëlle, Francis, José, Michel)</p> <p>Marche Aquatique* De 9h à 11h Rendez-vous 8h45 parking du camping Roussillonnais (Marie-Claire, Lydie, Didier)</p> 	<p>Salle Polyvalente</p> <p>9h30 à 10h30 Gym maintien en forme (Martine L)</p> <p>De 10h40 à 11h40 Gym douce (Martine L)</p> <p>Salle des jeux de l'esprit</p> <p>De 10h15 à 11h45 Gym maintien en forme (Marie-Claire)</p> 	<p>Petite randonnée* Pour la matinée Rendez-vous à 8h45 Parking Espace Carrère - Argeles (Annie, Serge, Joëlle, José et Patrick)</p> 	<p>Marche de proximité* Rendez-vous à 8h45 Parking Espace Carrère - Argeles (Bernadette, Geneviève, Patrick)</p> <p>Salle Polyvalente De 9h à 10h - N1 De 10h à 11h - N2 De 11h à 12h - N3 N4 Line dance (Lydie)</p> <p>Salle des jeux de l'esprit</p> <p>De 9h15 à 10h15 Gym douce (véronique)</p> <p>De 10h30 à 11h45 Gym maintien en forme (Marie-Claire)</p>	<p>Randonnée pour la Journée* Heure de départ variable, indiquée sur le programme des randonnées. (Florian, Didier, Christian, Serge, Fatiha, Michel)</p>  <p>Salle polyvalente De 9h30 à 10h30 Gym maintien en forme (Martine L)</p>
<p>ATTENTION : Les adhérents s'engagent à respecter les statuts, le règlement intérieur et les annexes (consultables sur le site web).</p>	<p>Salle polyvalente</p> <p>De 14h00 à 17h00 Création d'objets (Claudine, Régine)</p> <p>De 14h15 à 15h15 Atelier Remue Méninges (Marie-Christine)</p> <p>De 15h30 à 18h Atelier Jeux Cartes, scrabble, ... (Bernadette)</p>	<p>Salle polyvalente</p> <p>De 14h à 15h Line dance (Patricia)</p> <p>De 15h à 16h00 Line danse N2 (Lydie)</p> <p>De 16h à 17h30 Line danse N3 N4 (Lydie)</p>	<p>Salle polyvalente</p> <p>De 14h 00 à 15h00 Line dance N1 (Lydie)</p> <p>De 15h 00 à 16h00 Line dance N2 (Lydie)</p> <p>De 16h 00 à 17h30 Line dance N3 N4 (Lydie)</p>	<p>Salle polyvalente</p> <p>De 13h à 16h45 Théâtre (Claude et Gilles)</p> 	<p>Salle polyvalente</p> <p>14h à 17h Line dance (Lydie) N3 N4</p>