





Programme des activités

Happy Days de la retraite sportive 2023/2024



	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>Départ 9 heures Marche Nordique* Rendez vous à 8h45 Parking en terre battue rond point du Collège St André (Joëlle, Francis, José)</p> <p>De 9h à 11h Marche Aquatique Rendez vous parking du camping Roussillonnais Lydie, Didier)</p> <p>Départ 9 heures Marche de proximité Rendez vous à 8h45 parking espace Carrère - Argeles (Bernadette, Annie, Patrick)</p>	<p><u>Salle jeux de l'esprit</u> 9h30 à 10h30 Gym maintien en forme (Martine)</p> <p>De 10h40 à 11h40 Gym douce (Martine Valérie)</p> <p><u>Salle polyvalente</u> De 10h15 à 11h45 (Dominique)(Josiane) Gym maintien en forme</p> 	<p>Départ 9 heures Petite randonnée* Rendez vous à 8h45 Parking Espace Carrère - Argeles (Annie, Serge, Joëlle, José, Patrick, Béatrice, Micheline, Jean-Claude))</p> 	<p><u>Salle des jeux de l'esprit :</u> De 9h15 à 10h15 Gym douce (véronique Josiane)</p> <p>De 10h30 à 11h45 Gym maintien en forme (Naïma Dominique)</p> <p><u>Salle Polyvalente</u> De 9h à 10h N1 De 10h à 11h N2 De 11h à 12h N3/N4 Line dance (Lydie)</p>	<p>Randonnée pour la Journée* Heure de départ selon programme Rendez-vous voir programme (Florian, Didier, Christian, Serge, Michel, Jean-Claude)</p>  <p><u>Salle polyvalente</u> De 9h45 à 10h45 Gym maintien en forme (Martine Valérie)</p>
<p>ATTENTION : <i>Les adhérents s'engagent à respecter les statuts, le règlement intérieur et les annexes (consultables sur le site web).</i></p>	<p><u>Salle polyvalente</u> De 14h à 15h Atelier Remue Méninges (Marie-Christine)</p> <p>De 15h15 à 18h Atelier Jeux (Bernadette)</p> <p>De 14h à 18h Arts créatifs (Claudine)</p>	<p><u>Salle polyvalente</u> De 14h à 15h Line dance N2 (Patricia)</p> <p>De 15h à 16h00 Line danse N 3 (Patricia)</p> <p>De 16h à 17h Line danse N3+ (Gisèle)</p>	<p><u>Salle polyvalente</u> De 14h 00 à 15h00 Line dance et country débutants (Lydie) De 15h 00 à 16h00 Line dance et country N2 (Lydie) De 16h 00 à 17h30 Line dance et country N3 N4 (Lydie)</p>	<p><u>Salle polyvalente</u> De 13h à 16h45 Théâtre (Claude et Gilles)</p>  <p>De 16h à 17h Line danse intermédiaire (Gisèle)</p> 	