



## **MAURIENNE SENIORS**

Siège social :  
Mairie de St Julien Montdenis  
318 rue du Bourg  
73870 Saint Julien Montdenis



Agrément n°34 S 206 - Association reconnue d'Utilité Publique  
Immatriculation Registre Opérateurs de Voyages N° IM038120032

### **Responsables de la section de La Chambre :**

Guy Maubernard 0479596579 ou 0681804969 guymaub@yahoo.fr  
Kathleen Groues 0479831808 ou 0781496273 groueskathleen@gmail.com

### **Activités communes à toutes les sections du secteur Maurienne 2018-2019**

**Lundi :** Tir à l'arc de 16h30 à 18h00 débutants à partir du lundi 3 septembre Gymnase Sébastien Berthier St Jean

**Mardi :** Ski de fond, raquettes et marche sur chemins enneigés de fin décembre à avril. Voir programme « Hiver »

Randonnées alpines à la journée de mai à septembre. Voir programme « Randonnées de l'été »

**Mercredi :** Tir à l'arc de 16h30 à 18h00 à partir du mercredi 5 septembre Gymnase Sébastien Berthier St Jean

Marche Nordique le mercredi matin en juillet et août

Pour info activité sur St Jean : Belote coincée de 14 h à 18 h du 26/9/2018 au 29/5/2019 Centre Louis Armand

**Jeudi :** Marche nordique le jeudi après-midi pour autres périodes

Ski alpin en journée de janvier à avril. Voir programme « ski alpin »

Promenades montagne et de proximité à la journée de mai à septembre ou le mardi si commune à tous les groupes.

Pour info activité sur St Jean : Tai-Chi à partir du jeudi 20 septembre à salle Pré Coppet St Jean

De 8h45 à 10h15 pour ceux qui ont déjà pratiqué

De 10h15 à 11h30 pour les débutants

**Vendredi :** Tir à l'arc de 16h30 à 18h15 à partir du vendredi 7 septembre Gymnase Sébastien Berthier St Jean

Danse Country à partir du vendredi 14 septembre Salle de la Croix des Têtes à St Julien

Groupe 1 de 14h à 15h      Groupe 2 de 15h à 16h      Groupe 3 de 16h à 17h

Pour info activité sur St Jean : Aquagym de 11h15 à 12h15 ou de 16h à 17h Centre Nautique St Jean (bulletin d'inscription spécifique à remettre à Gisèle Guandalino)

### **Activités La Chambre 2018-2019**

**Lundi :** Yoga de 10 à 11h15 centre sportif Maurice Perrier, date à venir

**Jeudi :** Gymnastique à partir du jeudi 20 septembre au centre sportif Maurice Perrier de 9 à 10h et de 10h15 à 11h15