**REPRISE DES ACTIVITES 2023-2024**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **MODANE** | **ST MICHEL** | **ST JULIEN** | **ST JEAN** | **LA CHAMBRE** |
| **LUNDI** | 18/09 9h30 - 11h Taï-Chi salle 2ème étage place de l’Europe + Salle N°3.   | 13h45-18h Pétanque Aire des Canaris(En cours) 18/09 : 14h-18hJeux de cartes à la Falaise | 18/09 9h00-10h GymSalle la Croix des Têtes. 02/10: 14h-15h et 15h-16hActiv’mémoire secteurs St Jean,St Julien et St MichelSalle Croix des Têtes |  2/10 - 9h -10h Gym Zen10h15-11h15 Gym Zen Salle pré-Copet. 3ème trimestre : 14h-15h et 15h-16h Activ’mémoire secteurs St Jean,St Julien et St Michel Salle pré Copet13/09 :14h-16h30 Pétanque Rue de l’Arc Stade Gavarini. 04/09 : 16h30-18h Tir à l’Arc gymnase Berthier | 18/09 10h-11h15 YogaEspace maurice Perrier |
| **MARDI** | (du 05/09 au 17/10)16h-17h- Aquagym |  |  | 26/09 : 9h00-10h15 Taï Chi- Salle Pré-Copet26/09 10h30-11h45 : QI-Gong Salle Pré-Copet |  |
| **MERCREDI** | 13/09 de 9h-10h :Gym salle 2ème étage Place de l’Europe13/09 de 10h15-11h15 : Gym à l’étage derrière la salle des fêtes à Fourneaux | 2ème trimestre : 9h 10h et 10h-11hActiv’mémoire secteurs St Jean, St Julien et St Michel Salle polyvalente13h45-18h Pétanque Aire des Canaris (En cours) | 20/09 :10h-11h15 Yoga Salle la Croix des Têtes. | 20/09 8h30-11h30 (3groupes)Gym salle Pré-Copet. 13/09 :14h-18h Belote coinchée. Centre Louis Armand. 15/09 :14h-16h30 Pétanque Rue de l’Arc Stade Gavarini.6/09 :16h30-18h30 Tir à l’Arc gymnase Berthier  |  |
| **JEUDI** |  13h30 : Marche Nordique (En cours) | 21/09 9h-10h15  Yoga au Dojo |  | 28/09 : 8h45-10h15 Taï-Chi (tous)28/09 : 10h15-11h45 QI Gong14h -16h Marche NordiqueMarche de proximité (En cours) | 21/09 9h00-10h 10h15-11h15Gym Espace M. Perrier |
| **VENDREDI** | 22/09 de 8h30-9h45: Yoga 2ème étage place de l’Europe6/10 de 10h- 11h : Activ-Mémoire 2ème étage. Place de l’Europe8/09 :16h-17h Aquagym  | 22/09 9h-10h Gym Salle Polyvalente8/09 11h-12h Aquagym 15/09 14h-18h Jeux de cartes à la Falaise | 15/09 : Danse country Salle de la Croix des Têtes14h-15h 15h-16h16h-17h : Débutants | 22/9 : 09h-10h15 : Yoga salle Pré-Copet. 10h45-12h00 :Yoga salle Pré-Copet 29/09 : 11h15-12h15 Aquagym 16h-17h Aquagym. 8/09 :15h-17h Tir à l’Arc Gymnase Berthier | 6/10 10h-11h Activ’mémoire Espace M. Perrier22/09 : 13h45-14h45Danse en ligne débutants14h45-15h45Danses de salon15h45-16h45En ligne confirmésEspace M. Perrier (Mezzanine) |

**MARDI : Décembre à Avril** : Ski de fond, Raquettes et Marche sur chemins enneigés. Voir programme « hiver »

 **Mai à Septembre** : Randonnées alpines à la journée. Voir programme « Randonnées de l’été »

**JEUDI :** **Janvier à Avril :** Ski alpin à la journée. Voir programme « ski alpin »