

<u>LUNDI</u> ◆ PILATES - 115€ (Zsofia) MPT Salle de sport 8h45 à 9h45 ◆ ATELIER PEINTURE/DESSIN - 28€ (Anne-Marie: mise en commun des compétences) MPT Salle polyvalente 14h30 à 17h30 ◆ BADMINTON - 46€ Gymnase du Valentin 18h à 19h ou 19h à 20h ◆ COUTURE VESTIMENTAIRE, DÉCORATIVE et TRICOT- 28€ (Évelyne: mise en commun des compétences) MPT salle polyvalente 1fois/mois 18h à 21h 1er cours: 29/09 ◆ YOGA DU RIRE (Nouveau) 20 € la séance (Valérie) 1er lundi de chaque mois 18h à 19h 1er cours: 6/10 Annexe ou MPT	◆ YOGA DOUX et MÉDITATION - 145€ (Valérie) MPT salle de sport 17h à 18h15 ◆ HATHA YOGA et MÉDITATION - 145€ (Valérie) MPT salle de sport 18h30 à 19h45 ◆ SCRAPBOOKING (Nélie) 10€ à l'inscription 18€ le cours MPT salle polyvalente 1 fois par mois 14h30 à 17h30 <u>MERCREDI</u> ◆ STRETCHING - 115€ (Zsofia) MPT salle de sport 17h15 à 18h15 ◆ PILATES - 115€ (Zsofia) Annexe 18h30 à 19h30 ◆ MIX PILATES YOGA - 115€ (Zsofia) Annexe 19h30 à 20h30	◆ PILATES - 115€ (Jessica) MPT Salle de sport 18h15 à 19h15 ◆ FITNESS MIXTE - 115€ (Jessica) Annexe 19h30 à 20h30 <u> VENDREDI</u> ◆ MARCHE - 30€ (Gérard, Jean-Claude, Danielle, Solange) RDV Parking école maternelle 12h45 ou le matin par fortes chaleurs ADHÉSION: 15€
<u>MARDI</u> ◆ ATELIER MÉMOIRE - 170€ (Elsa, Marie) (Équilibre, coordination, proprioception en rythme) MPT salle de sport 9h15 à 10h15 ou 10h30 à 11h30 ou 14h à 15 h (Nouveau) ◆ RENFORCEMENT MUSCULAIRE SÉNIOR 115€ (Benjamin) Annexe 10h30 à 11h30	<u>JEUDI</u> ◆ GYM ÉQUILIBRE - 115€ (Benjamin) MPT salle de sport 10h30 à 11h30 ◆ CRÉATIONS MANUELLES - 70€ (Danielle, Maguy) MPT salle polyvalente 14h à 16h30 ◆ THÉÂTRE - 28€ (Cathy) Annexe 15h45 à 18h	<u>INFOS</u> <u>ACTIVITÉS ENFANTS</u> <u>MPT de Chony:</u> ○ Manga/BD, à partir de 11 ans. <u>MPT des Chirouzes:</u> ○ Couture.