

NOM :

Prénom :

CHOIX DES ACTIVITES

ANNEE 2021 / 2022

**Numérotez vos activités souhaitées par ordre de préférence
(maximum 2 activités en fonction des places disponibles)**

Matériel non fourni, merci d'apporter votre équipement (tapis de sol....)

Masque obligatoire pour entrer dans les salles

Compte tenu du contexte sanitaire actuel, des modifications ou annulations pourront être apportées afin de respecter les recommandations gouvernementales

ACTIVITES ANNUELLES PAYANTES (du 20/09/2021 au 10/06/2022 - hors vacances scolaires)

AQUAGYM

Piscine de la République

- Mardi 15 h 30 à 16 h 30
- Jeudi 15 h 30 à 16 h 30 (aquagym douce)

Stade Nautique

- Lundi 8 h 15 à 9 h
- Mardi 11 h 30 à 12 h 15
- Jeudi 11 h 30 à 12 h 15
- Vendredi 11 h 30 à 12 h 15
- Vendredi 14 h à 14 h 45
- Vendredi 15 h à 15 h 45

STRETCHING

- Lundi 8 h 30 à 9 h 30 Centre social Les Pléiades
- Lundi 11 h à 12 h Centre social de Fontreyne
- Mercredi 11 h à 12 h La Luysanne
- Vendredi 9 h 15 à 10 h 15 Centre social Les Pléiades
- Vendredi 11 h à 12 h Centre social de Fontreyne

GYMNASTIQUE

- Lundi 10 h à 11 h Centre social de Fontreyne
- Mercredi 8 h 30 à 9 h 30 Gymnase Pasteur

ZEN (La Luysanne)

- Mardi 16 h à 17 h
- Mercredi 8 h 30 à 9 h 30

GYMNASTIQUE CONSCIENCE (Centre Social des Pléiades)

- Mardi 8 h 30 à 9 h 30

GYMNASTIQUE DOUCE (Gymnase Pasteur)

- Mercredi 9 h 45 à 10 h 45

EQUILIBRE (La Luysanne)

- Mercredi 9 h 45 à 10 h 45

PILATES (La Luysanne)

- Mardi 10 h à 11 h

ATELIER PEINTURE (Salle polyvalente de Fontreyne)

- Jeudi 14 h à 17 h
- Vendredi 14 h à 17 h

MARCHE NORDIQUE (Lieu déterminé par l'animatrice)

- Mardi 14 h à 15 h 30 Co-voiturage

ATELIER REMU MENINGES (La Luysanne)

- Mardi 14 h 15 à 15 h 45
- Mercredi 14 h 15 à 15 h 45

ACTIVITES ANNUELLES GRATUITES (du 20/09/2021 au 10/06/2022 - hors vacances scolaires)

ATELIER CHANT (lieu à déterminer)

- Lundi 15 h 00 à 16 h 30 Gratuit

ATELIER RECUP'CREATION (La Luysanne)

- Vendredi 13 h 30 à 15 h 30 Gratuit

ATELIER CUISINE (Foyer Pasteur)

- 1 lundi par mois 10 h à 14 h Gratuit

ATELIER AUTOUR DU JEU (Foyer Herman)

- Mardi 14 h 00 à 16 h 00 Gratuit

ACTIVITES TRIMESTRIELLES PAYANTES (hors vacances scolaires)

RANDONNEES ET PROMENADE (Départ devant l'I.U.T) - 9 sorties demi-journées

Premier trimestre (du 21/09 au 17/12/2021)

- Mardi 9 h à 12 h (groupe Promenade)
- Jeudi 8 h 30 à 12 h 30 (groupe Montagne)
- Vendredi 13 h 15 à 17 h 30 (groupe Colline)

Troisième trimestre (à déterminer)

- Mardi 9 h à 12 h (groupe Promenade)
- Jeudi 8 h 30 à 12 h 30 (groupe Montagne)
- Vendredi 13 h 15 à 17 h 30 (groupe Colline)

RANDONNEES SORTIES D'HIVER (à déterminer)

Jeudi de 8 h 30 à 12 h 45

Intéressé OUI NON