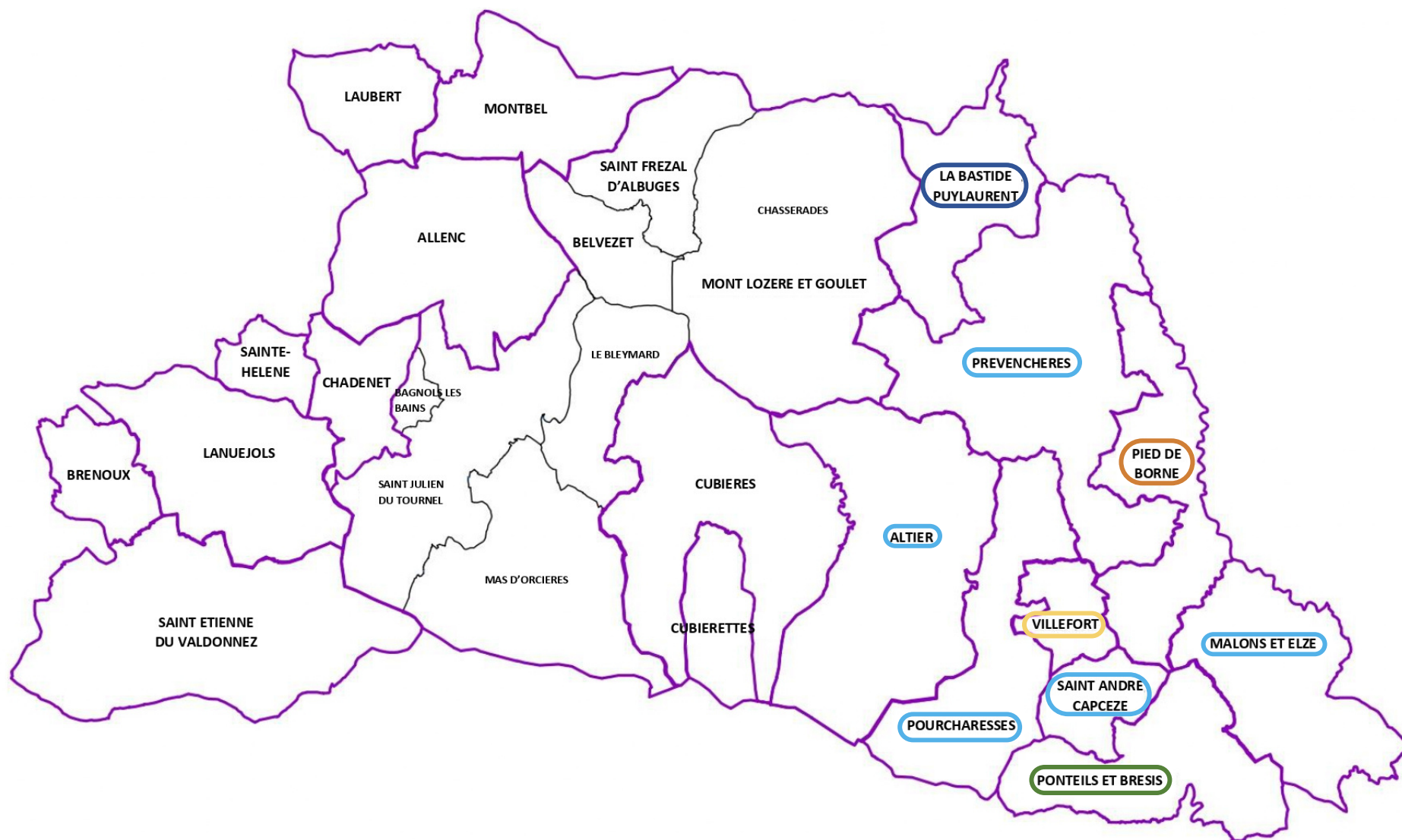


LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
	9h30 - 11h30 TAICHI CHUAN, QI GONG 06 51 71 79 88	9h15 - 10h ★ YOGA ENFANT <i>De 4 à 6 ans</i> 06 30 76 69 81	9h - 10h & 10h15 - 11h15 PILATES 06 87 18 31 87 COMPLET		9h15 - 10h15 ★ MARCHÉ NORDIQUE <i>Séance entraînement</i> 06 87 18 31 87	
					10h - 12h ★ <i>2 fois par mois</i> RUCHER ÉCOLE 07 82 01 60 69	10h30 - 12h ÉCOLE DE PÉTANQUE <i>À partir de 8 ans</i> 06 70 64 50 85
- M I D I -						
14h - 17h ATELIER CRÉATIF <i>"La Ruche"</i> 06 86 87 07 84	17h - 18h30 ÉCOLE D'ESCALADE 7 à 11 ans 06 75 17 30 04 COMPLET	14h - 16h30 ★ <i>1er et 3è mercredi du mois</i> ATELIER COUTURE <i>Pour enfants</i> 06 30 76 69 81	14h - 15h ★ PILATES GYM DOUCE 06 87 18 31 87	15h - 16h30 QI GONG 06 31 32 23 14	14h15 - 15h15 ★ MARCHÉ NORDIQUE <i>Séance santé</i> 06 87 18 31 87	
16h - 17h ★ YOGA <i>Approche douce et lente</i> 06 83 11 00 81	17h30 - 19h ATELIER CIRQUE 7 à 12 ans 06 30 76 69 81 COMPLET	17h - 20h PING-PONG <i>Adultes et enfants</i> 06 30 76 69 81	15h15 - 16h15 ★ PILATES AVEC CHAISE 06 87 18 31 87			
17h - 19h BADMINTON 06 32 45 61 43	17h45 - 18h45 & 19h - 20h PILATES 06 87 18 31 87 COMPLET	17h30 - 18h30 PILATES Débutants 06 87 18 31 87 COMPLET	17h - 18h30 ★ YOGA DOUX 07 82 01 60 69	17h - 18h30 ÉCOLE DE PÉTANQUE <i>À partir de 8 ans</i> 06 70 64 50 85		
18h - 19h30 ★ HATHA YOGA <i>Séance classique</i> 06 83 11 00 81	18h - 20h ★ <i>1er mardi du mois</i> ATELIER ÉCRITURE 06 75 17 30 04	18h - 20h30 ESCALADE 06 75 17 30 04	18h - 19h30 ★ GYM DYNAMIQUE 06 30 76 69 81	18h - 20h30 ESCALADE 06 75 17 30 04		
	18h30 - 20h ÉCOLE D'ESCALADE Collégiens 06 75 17 30 04 COMPLET	19h - 20h ★ <i>1er mercredi du mois</i> MARCHÉ NORDIQUE <i>Séance performance</i> <i>Autres mercredis</i> MARCHÉ NORDIQUE <i>Séance entraînement</i> 06 87 18 31 87	18h45 - 20h15 YOGA SPORTIF 07 82 01 60 69	20h - 22h HANDBALL 06 30 76 69 81		
	19h - 20h30 ATELIER CIRQUE <i>Adultes</i> 06 30 76 69 81		19h30 - 20h30 ★ ZUMBA 06 27 26 88 34	À partir de 20h ★ <i>Novembre à mars</i> VANNERIE 06 30 76 69 81		
		20h30 - 22h30 VOLLEY BALL 06 95 52 26 62		À partir de 21h ★ <i>1er vendredi du mois</i> SOIRÉE JEUX SOCIÉTÉ 06 50 73 17 80		

★ : Activité accessible à la séance



CALENDRIER ACTIVITÉS HEBDOMADAIRES 2022-2023

SECTEUR CENTRE de la Communauté de Communes Mont-Lozère :

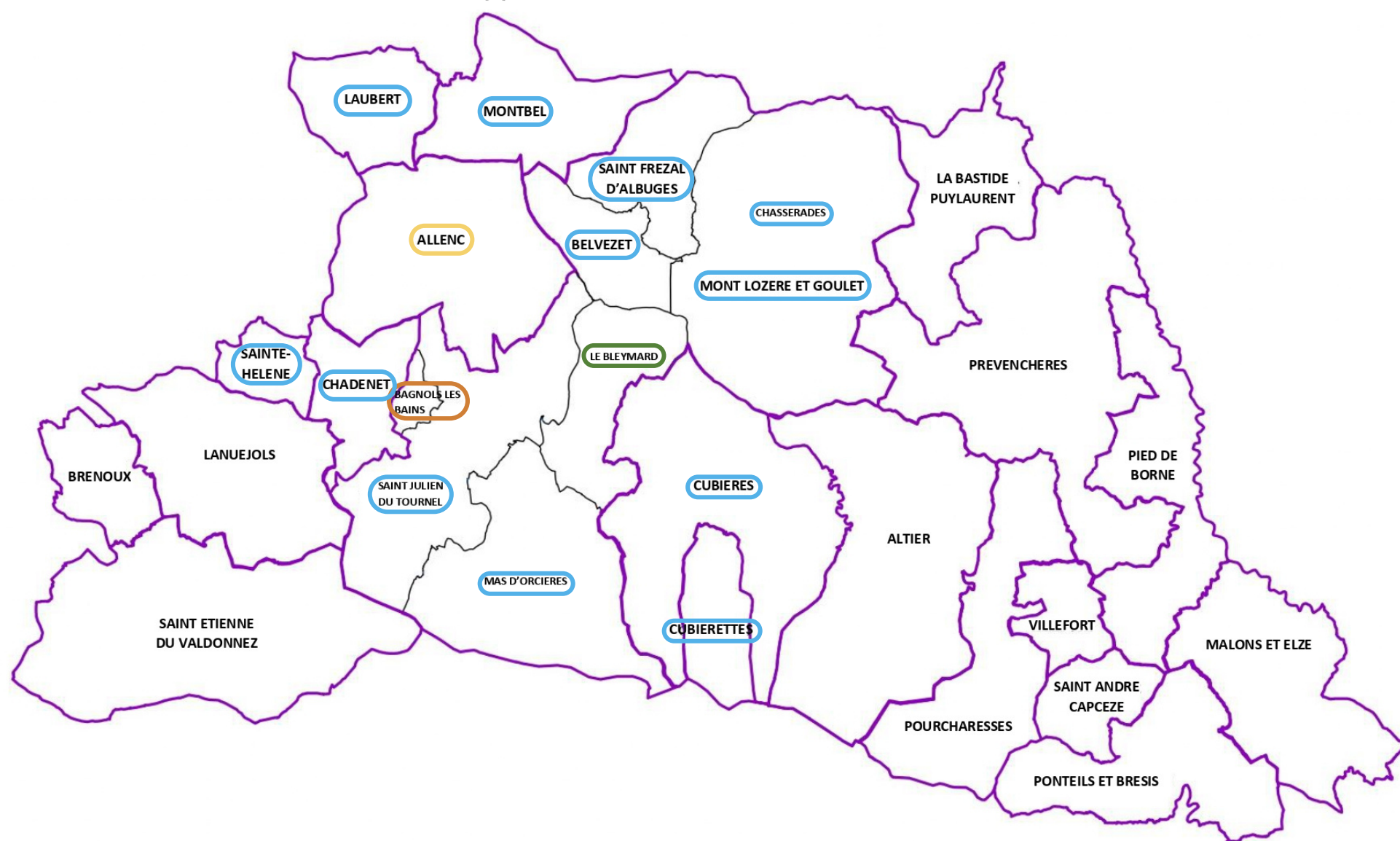
Mont-Lozère-et-Goulet et ses Alentours

Allenc - Bagnols-les-Bains - Le Bleymard

(À partir des informations transmises à l'office de tourisme Mont-Lozère)

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
	9h - 10h GYMNASTIQUE 06 32 07 44 65			
10h - 12h 2ème lundi du mois LE LUNDI C'EST RAVIOLI 06 26 46 64 50	10h30 - 11h30 GYMNASTIQUE 06 33 20 56 47		10h30 - 11h30 GYMNASTIQUE 06 83 11 00 81	
- M I D I -				
	14h30 - 17h30 BELOTE 06 83 11 00 81		14h - 17h PATCHWORK 04 66 47 60 11	
		17h30 - 18h45 YOGA 06 33 20 56 47	15h - 17h MARCHE NORDIQUE 06 33 20 56 47	
		19h15 - 20h30 CROSS TRAINING 06 40 28 94 45	18h - 19h30 ARTS PLASTIQUES 06 40 27 12 96	17h45 - 19h QI GONG 06 31 32 23 14
19h30 - 20h30 TENNIS DE TABLE 07 68 65 22 34		20h45 - 21h45 PILOXING 06 88 46 74 78	19h30 - 20h30 TENNIS DE TABLE 07 68 65 22 34	20h30 - 22h DANSE 06 87 46 56 00
			À partir de 20h Novembre à mars VANNERIE 06 89 27 50 85	

★ : Activité accessible à la séance



LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
10h30 - 11h30 GYM SENIORS 06 32 37 91 43			10h - 11h30 GYM DOUCE & STRETCH 06 32 37 91 43	
- M I D I -				
	14h - 17h ★ PEINTURE LIBRE 04 66 48 03 93		14h - 17h ★ <i>1er et 3ème jeudi du mois</i> JEUX DE CARTES 06 81 62 00 94	
	17h30 - 18h30 THÉÂTRE ENFANTS <i>6 à 11 ans</i> 04 66 48 03 93	16h30 - 18h30 ★ ATELIER BIBLIOTHÈQUE 06 31 68 68 28		
20h - 22h30 THÉÂTRE ADULTES <i>À partir de 16ans</i> 04 66 48 00 19	19h30 - 20h30 DANSE ROCK 06 30 76 81 19			
20h30 - 22h30 ★ <i>Novembre à mars</i> VANNERIE, TRICOT, ... 06 30 76 81 19		20h30 - 22h30 ★ TENNIS DE TABLE 06 81 29 28 67	20h30 - 21h30 GYM DYNAMIQUE 06 32 37 91 43	

★ : Activité accessible à la séance

