

	LUNDI		MARDI		MERCREDI		JEUDI		VENDREDI	
	Matin	Après midi	Matin	Après midi	Matin	Après midi	Matin	Après midi	Matin	Après midi
VTC										
SMS		13h30 14h45						13h30 14h45		
QI QONG	11h15-12h15				9h45-10h45					
Marche Nordique	8h30-11h15		8h30-11h15							
TAICHI			11h-12h							
Gym 1		15h-16h								
Gym2		16h-17h								
Gym3					9h45-10h45					
Gym4					11h-12h					
Tir à L'arc										16h30-18h00
Danse en ligne								15h-17h		
Balade <5km									8h45 ...	
Rando 12-15kms				13h30 ...						
Active Mémoire				14h-15h						
Chorale						17h -19h				