

**ANIMATIONS RÉGULIÈRES**

Animation	Jour	Horaire	Avr	Mai	Juin
Marche nordique	Lundi	9h00 - ...	<i>toutes les semaines</i>		
Couture : Sacs	"	14h15 – 16h30	19,26	31	21
Perles	"	14h15 - 16h30		17	7
Marche 5-6 km	Mardi	9h00 - 11h00	<i>toutes les semaines</i>		
Permanence	"	14h15 - 16h15	<i>toutes les semaines</i>		
Conversation anglaise ②	"	16h30 – 18h00	6,20	4,18	8,22
Yoga ①		18h20 – 19h45	<i>toutes les semaines</i>		
Marche ± 8 km	Mercredi	9h00 -11h30	<i>toutes les semaines</i>		
Bridge	"	14h30 - 17h00	<i>toutes les semaines</i>		
Bowling	"	18h00 -20h00	7,28	5,26	9,23
Informatique ③	Jeudi	9h30 – 11h30	<i>toutes les semaines</i>		
Aquarelle	"	14h15 – 16h30	22	6,27	10,24
Broderie	"	14h15 – 16h30	29	20	3,17
Théâtre		17h00 - ...	<i>toutes les semaines</i>		
Permanence	Vendredi	9h30 – 11h30	<i>toutes les semaines</i>		
Informatique ③	"	9h30 – 11h30	<i>toutes les semaines</i>		
Mosaïque	"	14h15 – 16h30	30	14,28	11,25
Scrabble	"	14h15 – 16h30	23	7,21	4,18
Marche 10 km +	Samedi	9h00 – 12h00	<i>tous les 15 jours</i>		

① Participation demandée

② **Conversation anglaise** le mardi deux fois par mois avec Mr Graham BARNES.

③ Voir le programme détaillé des formations 2009-2010.

**Cinéma** : Tarif réduit le **lundi** aux séances de 14h00 et 16h30 sur présentation de la carte d'adhérent AVF (*aller directement à la caisse du cinéma Casino*).

**Lieux de rendez-vous**

Pour les **marches des mardis et mercredis** au Parking des Migraines, pour la **marche nordique** à l'Arbre Sec devant la Maison de l'Eau, pour les **marches du samedi** devant l'Office du Tourisme et pour les autres animations régulières au local AVF.