

Animations régulières de septembre, octobre, novembre et décembre 2010

	ANIMATIONS	HORAIRES	LIEU de RDV	SEPT	OCT	NOV	DEC
LUNDI	MARCHE NORDIQUE ¹	9 h	à l'Arbre Sec Maison de l'eau	<i>Toutes les semaines</i>			
	REMUE-MENINGES ²	9h 30 à 11h 30	au local	13 et 27	11 et 25	8 et 22	6 et 20
	Atelier informatique QUESTIONS-REponses ³	14 h	au local AVF 8 personnes	20	18	15	20
	CINEMA	Séances à 14h et 16h 30	Au cinéma CASINO Place de l'Arquebuse	<i>Toutes les semaines</i> Tarif réduit 5.50 € sur présentation de la carte AVF			
MARDI	MARCHE 5/6 km	9 h	Ⓟ Migraines	<i>Toutes les semaines</i>			
	CONVERSATION ANGLAISE	16h 30 à 18 h	au local AVF	7 et 21	12 et 26	9 et 23	7
	YOGA	18h 20 à 19h 45	au local AVF	<i>Toutes les semaines</i> (participation demandée)			
MERCREDI	MARCHE + 8 km	9 h	Ⓟ Migraines	<i>Toutes les semaines</i>			
	BRIDGE	14h 30	au local AVF	<i>Toutes les semaines</i>			
	BOWLING	18 h	à Monéteau	8 et 22	6 et 20	3 et 17	1 et 15
JEUDI	INFORMATIQUE	9h 30 à 11h 30	au local AVF	<i>Toutes les semaines</i> Programmes disponibles au local			
	AQUARELLE (initiation et/ou atelier)	14h 15	au local AVF	16 et 30	7 et 21	4 et 18	2 et 16
	TRAVAUX d'AIGUILLE	14 h 15	au local AVF	9 et 23	14 et 28	25	9
	PERLES	14h 15	à la salle des Piedalloues	30		4	9
	COUTURE SACS	14 h 15	à la salle des Piedalloues	9 – 16 et 23	7 - 14 et 21	18	2 et 16
	SCRAPBOOKING	14 h 15	à la salle des Piedalloues			25	
	THEATRE	17 h	au local AVF	<i>Toutes les semaines</i>			
VENDREDI	INFORMATIQUE	9h 30 à 11h 30		<i>Toutes les semaines</i> Programmes disponibles au local			
	MOSAIQUE	14 h 15	au local AVF	17	1, 15 et 29	12 et 26	10
	SCRABBLE	14 h 15	au local AVF	10 et 24	8 et 22	5 et 19	3 et 17
SAMEDI	MARCHE + 10 km	9h à 12h	devant l'Office du Tourisme	4 et 25	<i>Tous les 15 jours</i>		

¹ Il faut impérativement être en très bonne forme physique.

² Il est nécessaire d'avoir suivi le module «Pack Eurêka »

³ Il est nécessaire d'avoir été inscrit aux séances d'informatique l'année précédente.