

ACTIVITÉS

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Marche nordique* 9h00 - 11h30	Gym douce 9h00 - 10h00 <i>Ecole de Serres</i>	Danse en ligne 13h30 - 14h30 (Niveau 1) 14h30 - 15h30 (Niveau 2) 15h30 - 16h30 (Niveau 3) <i>Ecole de Serres</i>	Randonnée pédestre Niveau 3* A partir de 8h30	Pétanque 14h00 - 17h00 (hiver) 14h30-17h30 (été) <i>Boulodrome de Sarrians</i>
	Gym douce 10h15 - 11h15 <i>Ecole de Serres</i>		Qi Gong Niveau 1 9h30 - 10h45 <i>La Roseraie</i>	
Randonnée pédestre Niveau 1* 13h <i>Parking de la Roseraie</i>	Randonnée pédestre Niveau 2* 12h30 (hiver) 13h (été) <i>Parking de la Roseraie</i>	Jeux de société 14h00 - 16h30 <i>Ecole de Serres</i>	Qi Gong Niveau 2 11h00 - 12h15 <i>La Roseraie</i>	

*Horaires à vérifier sur le planning