

PLANNING DES ACTIVITES ASSOCIATIVES 2024-2025

ACTIVITE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
Ecole de moto des Amis (enfants)						10h - 12h 6-9 ans (motos automatiques) 14h - 17h 10-15 ans (motos à embrayage) <i>Lieu-dit Chanveix</i>	
Foot (adultes)			19h-21h30 Séniors+U18 <i>Au stade - Le Suquet</i>		19h-21h Séniors+U18 19h30-21h Vétérans <i>Au stade - Le Suquet</i>		
Gym (adultes)	17h45 - 18h30 (Stretching) Gymnase	18h - 19h (Renfo) 19h - 20h (Pilate) Gymnase		18h - 19h (Cardio) 19h - 20h (Pilate) Gymnase			
Sophrologie/relaxation (adultes)			18h - 19h <i>Ecole 7ème classe</i> <i>1 séance/mois</i>				
Patchwork, couture et arts créatifs (adultes)	14h - 17h <i>Club Sourire</i>			14h-18h <i>Club Sourire</i>			
Yoga (enfants)	16h45 - 17h35 (4/10 ans) <i>Gymnase - Manzat</i>						
Yoga (adultes)	18h - 19h15 19h45 - 21h <i>Gymnase - Manzat</i>	8h45 - 10h 10h15 - 11h30 (cours avancé) 19h15 - 20h45 <i>La Mouniaude</i> <i>Châtel-Guyon</i>	19h15 - 20h45 <i>La Mouniaude</i> <i>Châtel-Guyon</i>			10h30 - 11h30 (tout public) <i>Les Jardins d'Arcadie</i> <i>Châtel-Guyon</i> 21/09 – 12/10 – 16/11 – 14/12	