

Planning Activités Saison 2025 - 2026

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
Départ 9h Randonnée	9h - 10 h GYM EQUILIBRE avec Dany		Départ 9h Randonnée	9h30 - 10h30 GYM DYNAMMIQUE avec Dany	9h30 - 11h30 Couture 2 fois par mois
	10h30 - 11h30 PILATES avec Adèle				
	A 14h Début le 23 septembre Atelier "Aiguilles" Tous les 15 jours		14h - 16h Jeux de Société		
16h - 17h GYM ENFANTS avec Dany	16h - 17h GYM - DANSE ENFANTS avec Dany		16h - 17h BABY JUDO avec Dominique		
		17h30 - 19h DESSIN ENFANTS avec Marine	17h - 18h JUDO avec Dominique		
	18h30 - 19h30 YOGA avec Arsène	16h30 - 17h30 CIRCUIT TRAINING ADO avec Adèle 17h45 - 18h45 SOPHROLOGIE THEATRE avec Mélanie		16h30 - 19h30 Jeux d'échec	
17h45 - 18h45 SOPHROLOGIE avec Mélanie					
19h - 20h WOD avec Adèle		19h - 20h SOPHROLOGIE avec Mélanie			
			20h Reprise le 25 septembre TAROT toutes les 2 semaines	19h30 - 20h30 PILATES avec Isabelle	

HORAIRES D'OUVERTURE DU BUREAU : Lundi, Mardi, Jeudi de 9h à 12h.
8 impasse Paul Rougnon 86300 BONNES
tél : 09.73.52.76.70 Mail: mptbonnes86@free.fr

