

## HORAIRES COURS SPORTS et LOISIRS 2022-2023

cmed	Activité	Animateur	Jour	Début	Fin	Lieu	Commentaire	
	Patchwork	Jullemier Marie-Pascale	lundi	13:30	16:30	salle Maison du Citoyen	tous les 15 jours et selon dispos	
	Batterie - 30mn	Turrel Réjane	lundi	16:00	21:00	Paradou musique		5:00
x	Gym très douce	Goudeau Christine	lundi	17:00	18:00	Paradou salle		1:00
	Piano - 30mn	Gondran Jérôme	lundi	17:00	20:00	Paradou piano		3:00
	Stretching pilates -1h	Goudeau Christine	lundi	18:00	19:00	Paradou salle		1:00
	Yoga - 1h15	Gachot Cécile	lundi	20:15	21:30	Paradou		1:15
x	Gym douce	Lattard-Waringhem Armelle	mardi	16:30	17:30	Paradou salle		1:00
	Piano - 30mn	Gondran Jérôme	mardi	17:00	20:30	Paradou piano		3:30
	Danse en ligne - country	Guégan Monique	mardi	17:45	19:15	Paradou salle		
x	Gym tonique	Padovani Rebecca (Becky)	mardi	19:15	20:45	école maternelle		1:30
	Qi-GONG - 1h15	Diane Agnesetta	mardi	19:30	20:40	Paradou		1:10
	Stretching postural -1h	Diane Agnesetta	mardi	20:45	21:45	Paradou salle		1:00
	Atelier musique - 1h30/semaine	Thévenin Francis	mardi	21:00	22:30	Paradou musique		1:30
x	Gym v-toni	Lattard-Waringhem Armelle	mercredi	11:15	12:30	Paradou salle		1:15
x	Danse EVEIL (4-5 ans / 13h30-14h15 : 45mn)	Arnoux Pauline	mercredi	13:30	14:15	Paradou salle		0:45
	Piano - 30mn	Gondran Jérôme	mercredi	14:00	17:30	Paradou piano		3:30
x	Danse INITIATION (6-9 ans / 14h15-15h15 : 1h)	Arnoux Pauline	mercredi	14:15	15:15	Paradou salle		1:00
	Guitare	Thierry Large	mercredi	16:40	18:40	Paradou musique		2:00
x	Football, 6 à 10 ans	Clairac Benjamin	mercredi	16:30	18:00	stade		1:30
x	Foot enfant 9-13 ans - 1h30	Clairac Benjamin	mercredi	18:00	19:30	stade		1:30
x	Danse INTER/ADOS (11-17 ans / 19h30-20h45 : 1h15)	Arnoux Pauline	mercredi	19:30	20:45	Paradou salle		1:15
x	Danse ADULTES (>17 ans / 20h45-22h15 / 1h30)	Arnoux Pauline	mercredi	20:45	22:15	Paradou salle		1:30
	Chant adulte - 2h	Padovani Rebecca (Becky)	mercredi	20:30	22:30	Ecole maternelle		2:00
	Orchestre		mercredi	21:00	22:30	Paradou musique		
x	Gym v - 1h15	Goudeau Christine	jeudi	9:00	10:15	Paradou salle		1:15
	Théâtre enfant - 1h30	Gault Marie-Lise	jeudi	17:15	18:45	Paradou salle		1:30
	Théâtre ado - 1h30	Gault Marie-Lise	jeudi	18:45	20:15	Paradou salle		1:30
x	Gym dynamique	Plaisance Valentin	jeudi	20:15	21:45	Paradou salle		1:30
	Mémoire au village	Pezot Jacques	jeudi	20:45	22:30	Médiathèque	1 fois par mois	
	Orchestre		jeudi	21:00	22:30	Paradou musique		
	Yoga - 1h15	Gachot Cécile	vendredi	8:45	10:00	salle Maison du Citoyen		1:15
x	Marche active - 1h	Lattard-Waringhem Armelle	vendredi	11:00	12:00	dehors		1:00
x	Foot initiation 4-7 ans - 1h15	Clairac Benjamin	vendredi	16:45	18:00	City-park		1:15
	Guitare (2 élèves 30mn) : Raphael	Naveau Raphaël	vendredi	17:00	20:50	Paradou musique		3:50
x	Gym v-toni	Plaisance Valentin	vendredi	19:00	20:30	Ecole maternelle		1:30
	Peinture (samedi tous les 15j - 3h)	Kervroedan Philippe	samedi	10:00	13:00	Ecole garderie	tous les 15 jours et selon dispos. Planning sur le site de l'association.	3:00
	Peinture stage (6 séances de 3h)	Kervroedan Philippe	samedi	10:00	13:00	Ecole garderie	6 séances de 3 h	3:00
	Décoration (10 séances de 2h)	Masson-Nathanail Santie	samedi	10:00	13:00	Selon séance	10 séances de 2 h	3:00
	Stage manga (4 séances de 2h30 - fourniture incluse) : TOUSSAINT 24/10/22 au 27/10/22 : Lundi, mardi, mercredi, jeudi (14h à 16h30 option 10h à 12h30)	Dao N'Gam David	semaine	14:00	16:30	Paradou salle	24/10/22 au 27/10/22 : Lundi, mardi, mercredi, jeudi (14h à 16h30 option 10h à 12h30)	10:00
	Stage manga (4 séances de 2h30 - fourniture incluse) : FEVRIER Date à confirmer : lundi, mardi, mercredi, jeudi (14h à 16h30 option 10h à 12h30)	Dao N'Gam David	semaine	14:00	16:30	Paradou salle	à confirmer	10:00
	Stage manga (4 séances de 2h30 - fourniture incluse) : PRINTEMPS date à confirmer : lundi, mardi, mercredi, jeudi (14h à 16h30 option 10h à 12h30)	Dao N'Gam David	semaine	14:00	16:30	Paradou salle	à confirmer	10:00
	Portugais					Ecole des Cendrières LIMOURS		

x certificat médical obligatoire