

HORAIRES COURS SPORTS et LOISIRS 2023-2024

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	
x	Gym très douce	Goudeau Christine	lundi	17:00	18:00	Paradou salle	
	Piano - 30mn	Gondran Jérôme	lundi	17:00	20:00	Paradou piano	
	Stretching pilates -1h	Goudeau Christine	lundi	18:00	19:00	Paradou salle	
	Yoga - 1h15	Gachot Cécile	lundi	20:15	21:30	école maternelle	
x	Gym douce	Lattard-Waringhem Armelle	mardi	16:30	17:30	Paradou salle	
	Piano - 30mn	Gondran Jérôme	mardi	17:00	20:30	Paradou piano	
	Danse en ligne - country	Guégan Monique	mardi	17:45	19:15	Paradou salle	
x	Gym tonique	Padovani Rebecca (Becky)	mardi	19:30	21:00	école maternelle	
	Qi-GONG - 1h15	Diane Agnesetta	mardi	19:30	20:40	Paradou	
	Stretching postural -1h	Diane Agnesetta	mardi	20:45	21:45	Paradou salle	
	Atelier musique - 1h/semaine	Jérôme	mardi			Paradou musique	horaire à confirmer
x	Gym v-toni	Lattard-Waringhem Armelle	mercredi	11:45	12:45	Paradou salle	nouveaux horaires
	Piano - 30mn	Gondran Jérôme	mercredi	14:00	17:30	Paradou piano	
	Guitare	Ludovic	mercredi	16:00	20:30	Paradou musique	nouveaux horaires / nouveau prof
x	Football, 6 à 10 ans	Clairac Benjamin	mercredi	16:30	18:00	stade	
x	Foot enfant 9-13 ans - 1h30	Clairac Benjamin	mercredi	18:00	19:30	stade	
x	Danse EVEIL (4-5 ans / 16h30-17h15 : 45mn)	Arnoux Pauline	mercredi	16:30	17:15	Paradou salle	nouveaux horaires
x	Danse INITIATION (6-7 ans / 17h15-18h15 : 1h)	Arnoux Pauline	mercredi	17:15	18:15	Paradou salle	nouveaux horaires
x	Danse JAZZ1 (8-12 ans / 18h15-19h15 : 1h)	Arnoux Pauline	mercredi	18:15	19:15	Paradou salle	nouveaux horaires
x	Danse JAZZ2 (13-17 ans / 19h15-20h30 / 1h15)	Arnoux Pauline	mercredi	19:15	20:30	Paradou salle	
x	Danse ADULTES (>17 ans / 20h30-22h / 1h30)	Arnoux Pauline	mercredi	20:30	22:00	Paradou salle	
	Chant adulte - 2h	Padovani Rebecca (Becky)	mercredi	20:30	22:30	Ecole maternelle	
	Orchestre	Stéphanie MALCUY	mercredi	21:00	22:30	Paradou musique	
x	Gym v - 1h15	Goudeau Christine	jeudi	9:00	10:15	Paradou salle	
	Théâtre enfant - 1h30	Cécile	jeudi	17:15	18:45	Paradou salle	nouveau prof
	Théâtre ado - 1h30	Cécile	jeudi	18:45	20:15	Paradou salle	nouveau prof
x	Gym dynamique	Sylvain	jeudi	20:15	21:45	Paradou salle	nouveau prof
	Mémoire au village	Pezot Jacques	jeudi	20:45	22:30	Médiathèque	1 fois par mois
	Orchestre		jeudi	21:00	22:30	Paradou musique	créneau disponible pour Orchestre ou Atelier
	Yoga - 1h15	Gachot Cécile	vendredi	8:45	10:00	salle Maison du Citoyen	
x	Marche active - 1h	Lattard-Waringhem Armelle	vendredi	11:00	12:00	dehors	
x	Foot initiation 4-7 ans - 1h15	Clairac Benjamin	vendredi	16:30	17:45	City-park	plateau d'évolution en hiver (lumière)
x	Gym v-toni	Sylvain	vendredi	19:00	20:30	Ecole maternelle	nouveau prof
	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.
	Peinture stage (6 séances de 3h)	Kervroedan Philippe	samedi	10:00	13:00	Ecole garderie	6 séances de 3 h
	Décoration (10 séances de 2h)	Masson-Nathanail Santie	samedi	10:00	13:00	Selon séance	10 séances de 2 h
	Stage manga (4 séances de 2h30 - fourniture incluse) : TOUSSAINT 23/10/23 au 26/10/23 : Lundi, mardi, mercredi, jeudi (14h à 16h30 option 10h à 12h30)	Dao N'Gam David	semaine	14:00	16:30	Paradou salle	23/10/23 au 26/10/23 : Lundi, mardi, mercredi, jeudi (14h à 16h30 option 10h à 12h30)
	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	préférence Mairie pour 1ère semaine
	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	préférence Mairie pour 1ère semaine
	Portugais					Ecole des Cendrières LIMOURS	

x certificat médical obligatoire