

ACTIVITÉS HEBDOMADAIRES

LUNDI

GYMNASTIQUE D'ENTRETIEN (Centre socioculturel) * : 10h00 – 10h50 et 11h00 – 11h50 (*reprise le 20/09*)

GYMNASTIQUE D'ENTRETIEN (DOJO) * : 9h00 – 9h50, 10h00 – 10h50 et 11h00 – 11h50 (*reprise le 20/09*)

MARCHE LENTE * : 14h00 – 15h30 (*reprise le 20/09*)

REFLEXOLOGIE PLANTAIRE (sur rendez-vous) : 14h00 – 17h00

BIEN-ETRE AQUARELLE * : 10h30 – 12h00 (*essai le 13/09*)

ATELIERS BIJOUX/MANUEL (Centre socioculturel) : 14h30 – 17h15 (*reprise le 13/09*)

JEUX (Belote / Scrabble / Tarot / Jeux de société) : 14h00 – 17h15 (*reprise le 13/09*)

MARDI

YOGA SUR CHAISE (Centre socioculturel) * : 10h30 – 11h30
(séance d'essai 28/09 - *reprise le 05/10*)

TENNIS DE TABLE (salle Cavalier) * : 14h30 – 15h30 et 15h30 – 16h30
(*reprise le 21/09*)

MARCHE CLASSIQUE * : 14h00 – 15h30 (*reprise le 21/09*)

INFORMATIQUE * : 10h30 – 11h30 (*reprise le 21/09*)

JEUX (Belote / Scrabble / Tarot / Jeux de société) : 14h00 – 17h15
(*reprise le 14/09*)

MERCREDI

JEUX (Belote / Scrabble / Tarot / Jeux de société) : 14h00 – 17h15
(*reprise le 15/09*)

Voir le programme des mercredis (ci-contre)

JEUDI

GYMNASTIQUE DOUCE (Centre socioculturel) * : 10h00 – 11h00 et 11h10 – 12h00 (*reprise le 23/09*)

GYMNASTIQUE D'ENTRETIEN (DOJO) * : 10h15 – 11h05 et 11h15 – 12h10
(*reprise le 23/09*)

YOGA (Centre socioculturel) * : 15h00 – 16h00 (*reprise le 23/09*)

YOGA SUR CHAISE (Centre socioculturel) * : 15h30 – 16h30 (*reprise le 07/10*)

ARTS PLASTIQUES (Centre socioculturel) * : 10h00 – 12h00 (*reprise le 30/09*)

BIEN-ETRE AQUARELLE * : 14h30 – 16h00 (*essai le 16/09*)

JEUX (Belote / Scrabble / Tarot / Jeux de société) : 14h00 – 17h15
(*reprise le 16/09*)

VENDREDI

MARCHE RAPIDE * : 9h30 – 11h00 (*reprise le 24/09*)

REFLEXOLOGIE PLANTAIRE (sur rendez-vous) : 10h00 – 13h00

ARTS PLASTIQUES (Centre socioculturel) * : 14h00 – 16h00 (*reprise le 01/10*)

POINT DE BAYEUX : 14h30 – 16h00 (*reprise le 17/09*)

JEUX (Belote / Scrabble / Tarot / Jeux de société) : 14h00 – 16h00
(*reprise le 17/09*)

ADHÉSION

25,00€ : Ouistrehamais

40,00€ : Extérieurs

HORAIRES

Ouvert tous les jours

Lundi au jeudi 10h00 à 17h30

Vendredi 10h00 à 17h00

Bureau : lundi au vendredi

10h00 à 12h00 et 14h00 à 17h00

LES MERCREDIS *

Randonnées : 22/09 – 20/10 – 17/11

Marche Nordique : 29/09 – 10/11

Sorties à la journée : 13/10 – 24/11

Atelier cuisine : 06/10 – 10/11

Dates 2022 à venir

INTER-

GENERATIONNEL *

Ateliers sports (tir à l'arc, pétanque, molky, palet Breton...) : 06/10 – 18/05

Atelier cuisine : 28 et 29/10

Atelier manuel : 08/02

Atelier jardinage : 19/04

SEJOURS *

Bourgogne : du 18 au 21 mars 2022

Crête : du 9 au 16 mai 2022

Week-end rando : 4 et 5 juin 2022

Périgord : du 13 au 18 juin 2022

*** uniquement sur inscription**