

## PROGRAMME DES ACTIVITES 2022 - 2023

<b>LUNDI</b>	<p><b>Marche Petite balade</b></p> <p>Devant mairie Départ 13h30</p> <p>Adultes</p>	<p><b>Gym. Sportive G1</b></p> <p>Gym. St Romain 17h45 - 18h45</p> <p>CE2 perf., CMI, CM2</p>	<p><b>Street Dance (Multi'Dance)</b></p> <p>Salle carrelée 17h00 - 18h00</p> <p>De 9 à 11 ans</p>	<p><b>Street Dance (Multi'Dance)</b></p> <p>Salle carrelée 18h00 - 19h00</p> <p>A partir de 12 ans</p>	<p><b>Zumba</b></p> <p>Salle carrelée 19h00 - 20h00</p> <p>A partir de 15 ans &amp; Adultes</p>	<p><b>Renforcement Musculaire</b></p> <p>Salle carrelée 20h00 - 21h00</p> <p>Adultes</p>		
<b>MARDI</b>	<p><b>Pilates *</b></p> <p>MPT 2ème étage 10h30 – 11h30 (max 15 personnes)</p> <p>Adultes</p>	<p><b>Travaux d'aiguilles</b></p> <p>MPT RdC 13h30 – 18h00</p> <p>Adultes</p>	<p><b>Gym. Sportive G2</b></p> <p>Salle carrelée 17h45 - 18h30</p> <p>CP, CE1, CE2 débutant</p>	<p><b>Zumba</b></p> <p>MPT 2ème étage 17h00 – 18h00</p> <p>De 7 à 14 ans</p>	<p><b>Escalade</b></p> <p>Gym. Crémieu 17h45 – 18h50</p> <p>9 à 12 ans</p>	<p><b>Escalade</b></p> <p>Gym. Crémieu 18h55 – 20h45</p> <p>Ados, Adultes</p>	<p><b>Pilates *</b></p> <p>MPT 2ème étage 19h00 – 20h00 (max 15 personnes)</p> <p>Adultes</p>	<p><b>Ensemble Vocal</b></p> <p>MPT Rdc 20h00 – 22h00</p> <p>Ados, Adultes</p>
<b>MERCREDI</b>	<p><b>Multi-sports *</b></p> <p>Gymnase 09h - 10h30 (max 18 enfants)</p> <p>De 7 à 10 ans</p>	<p><b>Motricité *</b></p> <p>Gymnase 10h45 - 11h45 (max 12 enfants)</p> <p>De 4 à 6 ans</p>	<p><b>Dessin Peinture</b></p> <p>Mairie 17h00 - 18h30</p> <p>A partir de 8 ans</p>	<p><b>Marche</b></p> <p>Mairie Départ 13h30</p> <p>Adultes</p>	<p><b>1001 Danses *</b></p> <p>MPT 2ème étage 18h30 - 19h30</p> <p>De 8 à 16 ans</p>	<p><b>1001 Danses *</b></p> <p>MPT 2ème étage 19h45 - 20h45</p> <p>Adultes</p>		
<b>JEUDI</b>	<p><b>Dessin Peinture</b></p> <p>MPT RdC 9h30 - 11h30</p> <p>Adultes</p>	<p><b>Découverte Danse *</b></p> <p>Salle carrelée 17h00-18h00</p> <p>De 4 à 6 ans</p>	<p><b>Kpop *</b></p> <p>Salle carrelée 18h15-19h15</p> <p>De 6 à 8 ans</p>	<p><b>Kpop *</b></p> <p>Salle carrelée 19h30-20h30</p> <p>A partir de 8 ans</p>	<p><b>Gymnastique Adultes</b></p> <p>Gym. St Romain 18h30 - 19h30</p> <p>Adultes</p>	<p><b>Yoga de Samara</b></p> <p>MPT 2<sup>e</sup> étage 18h30 – 19h45 20h00 – 21h15</p> <p>Adultes</p>	<p><b>Jalio'Run</b></p> <p>Départ 18h30 Devant salle carrelée</p> <p>Adultes</p>	
<b>VENDREDI</b>	<p><b>Gymnastique Adultes</b></p> <p>Salle carrelée 8h45 - 09h45</p> <p>Adultes</p>	<p><b>Marche</b></p> <p>Devant mairie Départ 13h30</p> <p>Adultes</p>	<p><b>Jeux de Société</b></p> <p>MPT RdC 13h30 – 18h30</p> <p>Adultes</p>	<p><b>* <u>Nouvelles activités de la saison !!!</u></b>  <i>(Multi-sports, Motricité, 1001 Danses, Découverte Danse, KPOP, Pilates)</i></p>				<p>MPT = Maison pour Tous</p>