

## PROGRAMME DES ACTIVITES 2022 - 2023

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