

**PLANNING DES ACTIVITES 2023 2024**  
PRESENTATION DETAILLEE DANS LEUR RUBRIQUE DU SITE INTERNET

| Nouveautés en bleu        | LUNDI                             | MARDI                        | MERCREDI                                      | JEUDI                        | VENDREDI                 | SAMEDI             | DIMANCHE                         |
|---------------------------|-----------------------------------|------------------------------|---|------------------------------|--------------------------|--------------------|----------------------------------|
| ACTIVITES DE LA FORME     | 18h à 20h                         |                              |   | 18h à 20h                    | 17h45-19h30<br>fit tonic |                    |                                  |
| ATHLETISME                |                                   |                              | Jeunes<br>14h30-16h30                         | Adulte                       |                          |                    | Adulte                           |
| BADMINTON                 | 19h / 23h                         |                              | Jeunes 17 h (8-10 ans) et 18 h 15 (11-18 ans) | 19 h 30 à 22 h 30            |                          |                    | 10h - 12h<br>famille /<br>loisir |
| CANOE KAYAK               |                                   |                              |   |                              |                          | Sorties<br>14h     |                                  |
| CYCLOTOURISME             |                                   |                              |   |                              |                          | Adultes<br>13 h 30 |                                  |
| FOOT A 7                  |                                   |                              | 19h30 -<br>21h30                              |                              |                          |                    |                                  |
| FOOT EN MARCHANT          |                                   |                              |   |                              | 15 h à 17 h              |                    |                                  |
| MARCHE NORDIQUE           |                                   |                              | 13 h 45                                       |                              | 9 h                      | 9h                 |                                  |
| RANDONNEE PEDESTRE        | 13 h 30<br>Sortie bien-<br>être   | 8 h 30 rando<br>douce et 13h |   | 8h (journée)<br>13h et 13h30 |                          |                    | matinée ou<br>journée            |
| ROLLER HOCKEY             |                                   | 20 h                         |   |                              |                          |                    | 17 h                             |
| VOLLEY BALL               |                                   |                              | 20 h15<br>ADULTES                             |                              |                          |                    |                                  |
| VTT                       |                                   |                              |   |                              |                          | Jeunes<br>14h      | Adultes<br>matinée               |
| DANSE JAZZ                |                                   |                              |   |                              | 18h15 19h15<br>ADULTES   | 13 h 30 à<br>17 h  |                                  |
| ART & CREATION            |                                   |                              | 14h à 17h                                     |                              |                          |                    |                                  |
| ATELIER D'ECRITURE        | 14 h - 16 h                       |                              |   |                              |                          |                    |                                  |
| CONVERSATION EN OCCITAN   |                                   | 14 H 30 - 16<br>H            |   |                              |                          |                    |                                  |
| PEINTURE                  | 14h-16h30                         |                              |   | 14h-16h30                    |                          |                    |                                  |
| PEINTURE SUR SOIE         |                                   | 14h à 17h                    |   | 14h à 17h                    |                          |                    |                                  |
| PHOTO                     | Argentique<br>jours à<br>préciser |                              |   | Numérique<br>20 h 15         |                          |                    |                                  |
| POTERIE                   | 14h et<br>18h30                   | 14h                          | 14h   | 20h30                        |                          |                    |                                  |
| THEATRE                   |                                   | 20 h                         |   |                              | 14 h                     |                    |                                  |
| VITRAIL                   | 14h à 18h                         | 14h à 18h                    |   | 14h30 à<br>19h30             |                          |                    |                                  |
| JARDINAGE ET BIODIVERSITE | Jour                              | et heure                     | à   | déterminer                   |                          |                    |                                  |
| TAROT                     | 13 h 30                           |                              |   | 13 h 30                      |                          |                    |                                  |
| TRICOT et CROCHET         |                                   |                              | 20 h 15                                       |                              |                          |                    |                                  |