

PROGRAMME de nos ACTIVITES du 7 septembre au 18 décembre				RENSEIGNEMENTS	
Nos activités récurrentes			Nos activités ponctuelles		
JOURS	ACTIVITES	HORAIRES	inscriptions obligatoires 8 jours à l'avance		
LUNDI	cuisse-ss-abdos-fessiers	10h30	1/ <u>lundi 7 septembre</u> REPRISE de toutes les activités		
	stretching-gainage	11h30	<u>dimanche 13 septembre</u> FETE des ASSOCIATIONS		
	hip hop (5-7 ans)	17h00			
	hip hop (7-11 ans débutants)	18h00	2/ <u>samedi 12 septembre</u> BALADE-RANDO FACILE		
	body sculpt	19h30	St Dalmas de Valdeblorre- Caire gros 5 euros		
MARDI	body sculpt	11h15			
	stretching-gainage	12h15	3/ <u>jeudi 24 septembre</u> VELO de ROUTE		
	éveil gymnique (3-5 ans)	17h00	Piste cyclable de San Rémo gratuit		
	stretching-gainage	18h30			
	circuit training	19h30	4/ <u>samedi 26 septembre</u> RANDO FACILE ou MOYENNE		
MERCREDI	cuisse-ss-abdos-fessiers	9h00	Estérel-Pic du Cap Roux 5 euros		
	stretching-gainage	10h00			
	pilâtes	11h00	5/ <u>mardi 29 septembre</u> APICULTURE		
	zumba kids	13h30	Chez Gilbert à la Gaude gratuit		
	yoga enfants (6-11 ans)	14h30			
	éveil gymnique (3-5 ans)	17h15	6/ <u>jeudi 1 octobre</u> PETANQUE-JEUX-TRICOT		
	body sculpt	18h30	Jardin Malaussène de 13h30 à 16h30 gratuit		
JEUDI	pilâtes	19h45			
	circuit training	9h00	7/ <u>samedi 3 octobre</u> RANDO FACILE à MOYENNE		
	éveil théâtral (6-11 ans)	17h00	La Cagne: Cascade du Saut du Ray 5 euros		
	hip hop (7-11 ans confirmés)	17h00			
	hip hop (11-16 ans)	18h00	8/ <u>samedi 10 octobre</u> BALADE CULTURELLE		
VENDREDI	zumba	19h30	St Paul de Vence-Chapelle Folon 5 euros		
	stretching-gainage	10h30			
	pilâtes	11h30	9/ <u>jeudi 15 octobre</u> RANDO SPORTIVE		
	yoga adultes	12h30	La Gordolasque: lacs de la Fous et Niré 5 euros		
	zumba kids (5-7 ans)	17h00			
	zumba kids (7-11 ans)	18h00	10/ <u>samedi 24 octobre</u> PLACOMUSOPHILIE		
	yoga adultes	19h00	Salle St Jean Baptiste 9h00 à 17h00 gratuit		
				11/ <u>samedi 24 octobre</u> RANDO SPORTIVE St Martin Vésubie: Col Clot Barra 5 euros	
				12/ <u>jeudi 29 octobre</u> PETANQUE-JEUX-TRICOT Salle Malaussène 13h30-16h30 gratuit	
				13/ <u>mardi 3 novembre</u> BALADE BOTANIQUE Jardin du Ray-Parc Chambrun-Nice nord 5 euros	
				14/ <u>samedi 7 novembre</u> RANDO-BALADE FACILE Cabris: Circuit des Audides 5 euros	
				15/ <u>samedi 14 novembre</u> EVEIL MUSICAL Salle Malaussène 14h00-15h30 10 euros	
				16/ <u>samedi 21 novembre</u> RANDO FACILE Le Rouret: "le camp romain" 5 euros	
				17/ <u>samedi 28 novembre</u> BALADE CULTURELLE Nice Carabacel-Musée Chagall 5 euros	
				18/ <u>samedi 12 décembre</u> PLACOMUSOPHILIE Salle St Jean Baptiste 9h00 à 17h00 gratuit	
				19/ <u>samedi 19 décembre</u> BALADE CULTURELLE Lucéram: "circuit des crêches" 5 euros	
				AEROMODELISME, VTT, TRAIL, PADDLE: à la demande	

