



|                                |                                                                                     |          |                                                                                     |                                                        |                                |                                                                                     |          |                                    |                                                                                    |
|--------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|----------|-------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|--------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|----------|------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|
| ACTIVITÉ DANSÉE                |    | MARDI    | 10h15 à 12h15                                                                       | SALLE DU MARAIS, SGXV                                  | PETANQUE                       |    | LUNDI    | 14h00 à 17h00                      | BOULODROME ST GILLES CROIX DE VIE                                                  |
| ACTIV MÉMOIRE                  |    | MARDI    | 3 séances de 45 minutes<br>09h20 à 11h55<br>10h15 à 11h00<br>11h10 à 11h55          | SALLE CHANTECLAIR                                      |                                |                                                                                     | VENDREDI | 14h00 à 18h00                      | BOULODROME ST GILLES CROIX DE VIE                                                  |
| ANGLAIS FRANCOPHONES           |    | LUNDI    | 9h00 à 10h30                                                                        | SALLE DROITS DE L ENFANT (petite gare)                 | PHOTO**                        |    | LUNDI    | 9h15 à 10h30                       | SALLE TROPIQUE 3 (petite gare)                                                     |
|                                |                                                                                     | LUNDI    | 10h30 à 12h00 (en alternance avec la Dictée)                                        |                                                        | PICKLEBALL                     |    | JEUDI    | 17h00 à 19h00                      | SALLE DE LA SOUDINIÈRE                                                             |
| ANGLAIS - FRANÇAIS ANGLOPHONES |    | VENDREDI | 9h00 à 10h30 (Anglais)<br>10h30 à 12h00 (Français)                                  | SALLE TROPIQUE 3 (petite gare)                         | PILATES                        |    | MARDI    | 10h15 à 11h15 et<br>11h30 à 12h30  | SALLE DE LA CHAUSSEE                                                               |
| BADMINTON                      |    | LUNDI    | 17h00 à 18h45                                                                       | SALLE DE LA SOUDINIÈRE                                 |                                |                                                                                     | MERCREDI | 14h00 à 15h00 et<br>15h00 à 16h00  | SALLE DE LA CHAUSSEE                                                               |
|                                |                                                                                     | MARDI    | 16h30 à 18h00                                                                       | SALLE DE LA SOUDINIÈRE                                 |                                |                                                                                     | VENDREDI | 9h15 à 10h15 et<br>10h15 à 11h15   | SALLE DE LA CHAUSSEE                                                               |
| BOWLING *                      |    | MARDI    | 14h00 à 16h00 - 1er et<br>3ème mardi du mois                                        | 201 FOREST AVENUE SION                                 | SWIN GOLF                      |    | LUNDI    | 9h00 à 12h00                       | Forêt de Sion Chemin des Garennes<br>Kiosque en face de la Maison des associations |
| COUTURE                        |    | LUNDI    | 9h30 à 11h30                                                                        | CENTRE SOCIO CULTUREL SALLE SOLEIL                     |                                |                                                                                     | JEUDI    | 9h00 à 12h00                       |                                                                                    |
|                                |                                                                                     | VENDREDI | 9h30 à 11h30                                                                        | CENTRE SOCIO CULTUREL SALLE SOLEIL                     | TAI CHI QI QONG - Cours        |    |          | 9h30 à 10h30 - débutant            | CENTRE SOCIO CULTUREL SALLE TROPIQUE 1/2                                           |
| DANSE DE SALON                 |    | MARDI    | 10h15 à 12h15                                                                       | SALLE DU MARAIS, SGXV                                  |                                |                                                                                     |          | 10h30 à 11h30 - QI QONG            | CENTRE SOCIO CULTUREL SALLE TROPIQUE 1/2                                           |
| DICTÉE**                       |    | LUNDI    | 10h30 à 12h00                                                                       | SALLE DROITS DE L ENFANT (petite gare)                 |                                |                                                                                     |          | 11h30 à 12h30 - confirmés          | CENTRE SOCIO CULTUREL SALLE TROPIQUE 1/2                                           |
| GYM DOUCE*                     |    | LUNDI    | 10h00 à 11h00 sur tapis<br>11h00 à 12h00 sur chaise                                 | SALLE CHANTECLAIR                                      | TAI CHI QI QONG - Entraînement |    |          | 16h30 à 18h00 - expert et éventail | CENTRE SOCIO CULTUREL SALLE TROPIQUE 1/2                                           |
|                                |                                                                                     | VENDREDI | 10h00 à 11h00 sur chaise                                                            | SALLE CHANTECLAIR                                      |                                |                                                                                     |          | 10h30-12h00 experts = le ciel      | CENTRE SOCIO CULTUREL SALLE DROITS DE L ENFANT                                     |
| GYM ENTRETIEN*                 |    | LUNDI    | 17h45 à 18h45                                                                       | GYMNASE COLLEGE PRIVE                                  |                                |                                                                                     |          |                                    | JEUDI                                                                              |
|                                |                                                                                     | MARDI    | 17h00 à 18h00                                                                       | SALLE DE LA VIE                                        | TENNIS *                       |  | LUNDI    | 9h00 à 10h00 et 10h30 à 12h00      | TC RIEZ OCEAN ST Hilaire de Riez                                                   |
|                                |                                                                                     | VENDREDI | 9h00 à 10h00                                                                        | SALLE CHANTECLAIR                                      |                                |                                                                                     | JEUDI    | 9h00 à 10h00 et 10h30 à 12h00      | TC RIEZ OCEAN ST Hilaire de Riez                                                   |
| GYM TONIQUE*                   |  | LUNDI    | 16h00 à 17h00                                                                       | GYMNASE DES ALCYONS STADE DES BARRIERES LE FENOUILLEIR | TENNIS DE TABLE                |  | MARDI    | 16h30 à 18h30                      | SALLE DE LA CHAPELLE                                                               |
|                                |                                                                                     | VENDREDI | 11h00 à 12h00                                                                       | SALLE CHANTECLAIR                                      |                                |                                                                                     | MERCREDI | 18h30 à 20h00                      | SALLE DE LA CHAPELLE                                                               |
| INFORMATIQUE**                 |  | LUNDI    | 9h15 à 10h30 - Avancée                                                              | SALLE TROPIQUE 3 (petite gare)                         | TENNIS REBOND                  |  | VENDREDI | 16h00 à 18h00                      | SALLE DE LA VIE                                                                    |
|                                |                                                                                     |          | 10h30 à 11h45 - Niveau 1                                                            | SALLE TROPIQUE 3 (petite gare)                         | TIR A L ARC                    |  | LUNDI    | 17h00 à 18h30                      | SALLE DE LA CHAPELLE                                                               |
| JEUX DE SOCIÉTÉ                |  | MARDI    | 14h00 à 17h00                                                                       | SALLE DROITS DE L ENFANT (petite gare)                 |                                |                                                                                     | VENDREDI | 16h30 à 18h30                      | SALLE DE LA CHAPELLE                                                               |
| MARCHE AQUATIQUE               |  | VENDREDI | 9h30 à 11h00                                                                        | RV SURFING CLUB ST GILLES                              | VELO VAE                       |  | MERCREDI | 13h45                              | RENDEZ-VOUS SALLE DE LA VIE                                                        |
| MARCHE DOUCE                   |  | JEUDI    | 13h45 - 5 à 6 kms                                                                   | SALLE DE LA VIE - DEPART 13h45                         | VELO VTC                       |  | MERCREDI | 13h45                              | RENDEZ-VOUS SALLE DE LA VIE                                                        |
| MARCHE                         |  | JEUDI    | 13h45 - 8 kms                                                                       | SALLE DE LA VIE - DEPART 13h45                         | YOGA*                          |  | MARDI    | 17h45 à 18h45                      | SALLE DU COLLEGE RUE DE LA CORNUÉ                                                  |
| MARCHE NORDIQUE                |  | MERCREDI | 14h00 à 17h00                                                                       | RENDEZ-VOUS SALLE DE LA VIE 13h45                      |                                |                                                                                     | JEUDI    | 9h30 à 10h30                       | CENTRE SOCIO CULTUREL SALLE TROPIQUE 1/2                                           |
| MARCHE PIEDS DANS L EAU        | VENDREDI                                                                            | 10h00    |  | DEVANT LES CABINES BLEUES (EN SAISON)                  |                                |                                                                                     | JEUDI    | 11h00 à 12h00                      | CENTRE SOCIO CULTUREL SALLE TROPIQUE 1/2                                           |
| MARCHE RANDO                   |  | JEUDI    | 13h45 - 11 kms                                                                      | SALLE DE LA VIE - DEPART 13h45                         |                                |                                                                                     | VENDREDI | 16h15 à 17h15                      | SALLE SITUÉE SOUS LA MAIRIE DU FENOUILLEIR                                         |
|                                |                                                                                     |          |                                                                                     |                                                        |                                |                                                                                     | SAMEDI   | 14h00 à 15h00                      | SALLE DU LYCEE                                                                     |

Mise à jour : 04/08/2026

Activité  
Loisirs

\* Activités avec suppléments

\*\* Activités en alternance (une semaine sur deux)