



Activité	Jour	Heure	Lieu
ACTIVITÉ DANSÉE	MARDI	10h15 à 12h15	SALLE DU MARAIS, SGXV
ACTIV MÉMOIRE	MARDI	3 séances de 45 minutes 09h20 à 10h05 10h15 à 11h00 11h10 à 11h55	SALLE CHANTECLAIR
ANGLAIS pour les français voulant se perfectionner en Anglais	LUNDI	9h00 à 10h30 Anglais entretien	SALLE DROITS DE L'ENFANT (petite gare)
	LUNDI	10h30 à 12h00 conversation (en alternance avec la Dictée)	
	VENDREDI	9h00 à 10h30 Anglais entretien	
FRANCAIS pour les anglophones	VENDREDI	10h30 à 12h00	SALLE TROPIQUE 3 (petite gare)
BADMINTON	LUNDI	17h00 à 18h45	SALLE DE LA SOUDINIÈRE
	MARDI	16h30 à 18h00	
BOWLING *	MARDI	14h00 à 16h00 - 1er et 3ème mardi du mois	201 FOREST AVENUE SION
COUTURE	LUNDI	9h30 à 11h30	CENTRE SOCIO CULTUREL SALLE SOLEIL
	VENDREDI	9h30 à 11h30	
DICTÉE**	LUNDI	10h30 à 12h00	SALLE DROITS DE L'ENFANT (petite gare)
GYM DOUCE*	LUNDI	10h00 à 11h00 sur tapis 11h00 à 12h00 sur chaise	SALLE CHANTECLAIR
	VENDREDI	10h00 à 11h00 sur chaise	
GYM ENTRETIEN*	LUNDI	17h45 à 18h45	GYMNASSE COLLEGE PRIVE
	MARDI	17h00 à 18h00	SALLE DE LA VIE
	VENDREDI	9h00 à 10h00	SALLE CHANTECLAIR
GYM TONIQUE*	LUNDI	16h00 à 17h00	GYMNASSE DES ALCYONS STADE DES BARRIERES LE FENOUILLE
	VENDREDI	11h00 à 12h00	SALLE CHANTECLAIR
INFORMATIQUE**	LUNDI	9h15 à 10h30 - Avancée	SALLE TROPIQUE 3 (petite gare)
		10h40 à 11h55 - Niveau 1	
JEUX DE SOCIÉTÉ	MARDI	14h00 à 17h00	SALLE DROITS DE L'ENFANT (petite gare)
MARCHE AQUATIQUE	VENDREDI	9h30 à 11h00	RV SURFING CLUB ST GILLES
MARCHE DOUCE (5-6 KMs)	JEUDI	13h45 - 5 à 6 kms	SALLE DE LA VIE - DEPART 13h45
MARCHE (8 KMs)	JEUDI	13h45 - 8 kms	SALLE DE LA VIE - DEPART 13h45
MARCHE NORDIQUE	MERCREDI	14h00 à 17h00	RENDEZ-VOUS SALLE DE LA VIE 13h45
MARCHE PIEDS DANS L'EAU	VENDREDI	10h00	DEVANT LES CABINES BLEUES (EN SAISON)
MARCHE RANDO (11 KMs)	JEUDI	13h45 - 11 kms	SALLE DE LA VIE - DEPART 13h45

Activité Loisirs

* Activités avec suppléments

** Activités en alternance (une semaine sur deux)

Activité	Jour	Heure	Lieu
PETANQUE	LUNDI	14h00 à 17h00	BOULODROME ST GILLES CROIX DE VIE
	VENDREDI	14h00 à 18h00	
PHOTO**	LUNDI	9h15 à 10h30	SALLE TROPIQUE 3 (petite gare)
PICKLEBALL	JEUDI	17h00 à 19h00	SALLE DE LA SOUDINIÈRE
PILATES*	MARDI	10h15 à 11h15 et 11h30 à 12h30	SALLE DE LA CHAUSSEE
	MERCREDI	14h00 à 15h00 et 15h00 à 16h00	
	VENDREDI	9h15 à 10h15 et 10h15 à 11h15	
SWIN GOLF	LUNDI	9h00 à 12h00	Forêt de Sion Chemin des Garennes Kiosque en face de la Maison des associations
	VENDREDI	9h00 à 12h00	
TAI CHI QI QONG - Cours*	MARDI	9h30 à 10h30 - débutant	CENTRE SOCIO CULTUREL SALLE TROPIQUE 1/2
		10h30 à 11h30 - QI QONG	CENTRE SOCIO CULTUREL SALLE TROPIQUE 1/2
		11h30 à 12h30 - confirmés	
		16h30 à 18h00 - expert et éventail	
TAI CHI QI QONG - Entraînement	JEUDI	10h30-12h00 experts = le ciel	CENTRE SOCIO CULTUREL SALLE DROITS DE L'ENFANT
		14h00 à 16h00 débutant et confirmé = la terre et l'homme	
TENNIS*	LUNDI	9h00 à 10h00 et 10h30 à 12h00	TC RIEZ OCEAN St Hilaire de Riez
	JEUDI	9h00 à 10h00 et 10h30 à 12h00	
TENNIS DE TABLE	MARDI	16h30 à 18h30	SALLE DE LA CHAPELLE
	MERCREDI	18h30 à 20h00	
TENNIS REBOND	VENDREDI	16h00 à 18h00	SALLE DE LA VIE
TIR A L'ARC	LUNDI	17h00 à 18h30	SALLE DE LA CHAPELLE
	VENDREDI	16h30 à 18h30	
VELO VAE	MERCREDI	13h45	RENDEZ-VOUS SALLE DE LA VIE
VELO VTC	MERCREDI	13h45	RENDEZ-VOUS SALLE DE LA VIE
YOGA*	MARDI	17h45 à 18h45	SALLE DU COLLEGE RUE DE LA CORNUÈ
	JEUDI	9h30 à 10h30	CENTRE SOCIO CULTUREL SALLE TROPIQUE 1/2
	JEUDI	11h00 à 12h00	CENTRE SOCIO CULTUREL SALLE TROPIQUE 1/2
	VENDREDI	16h15 à 17h15	SALLE SITUÉE SOUS LA MAIRIE DU FENOUILLE
	SAMEDI	14h00 à 15h00	SALLE DU LYCEE

Mise à jour: 18/09/2026