

ACTIVITES DU CLUB PROPOSEES PENDANT LA SEMAINE.

Inscription préalable à toutes activités le lundi après midi à la Biardais.

Renseignements au 07 66 12 62 58. Bureau.saphir@saphir-mordelles.fr

JOURS	ACTIVITES	HEURES	LIEUX
Lundi	Jeux de Cartes : <i>Belote, Tarot</i>	13 h 45 à 17h30	Salles de la Biardais
	Jeux de société : <i>Scrabble, Rummikub, Triominos</i>	«	«
	Autres jeux : <i>Palets, Moolky.</i>	«	Hiver dans la salle Été en extérieur
	Loisirs créatifs: « Partage de savoir faire » <i>Cartonnage et travaux manuels, Crochet et tricot Découverte de jeux de société. Art floral une fois par mois.</i>	à partir de 13 h 45 avec libre temps de présence sur pré-inscription pour chaque atelier	Salle des familles à la Biardais
	Gymnastique douce. <i>Nombre de places limitées.</i>	13 h 45 à 15 h	Salle Beauséjour
Danse en ligne	17h45 à 18h45	Salle de la Biardais	
Mardi	Marche nordique adaptée. <i>Circuit 11kms.</i>	9 h30 à 12 h	Mordelles
	Aquagym.	9 h30 à 10h30	Aquacité
	Aquagym.	13 h30 à 14h30	Aquacité
Jeudi	Marche nordique adaptée. <i>Circuit de 4,5 kms</i>	9 h30 à 10h45	Mordelles
	Aquagym.	14 h45 à 15h45	Aquacité
Vendredi	Gymnastique douce. <i>Nombre de places limitées.</i>	9h à 10h	Salle Beauséjour
	Gymnastique tonique.	10 h à 11 h	«
	Randonnée Promenade <i>Circuit env 8 kms.</i>	13 h 45	Mordelles (Mairie)
	Aquagym	16h30 à 17h30	Aquacité
	Bowling.	départ 13h30 retour 17h30 (parking de la Biardais) 1fois par mois	Cap Malo