

ACTIVITE	NIVEAU	MONITEUR*	JOUR	HORAIRE	LIEU
QI-GONG	toux niveaux	YANN **	lundi	17h00/18h30	La Bosque
		NATHALIE **	mardi	13h30/15h00	
		PATRICIA EVELYNE	mardi	18h00/19h30	La Grande Terre
		NATHALIE **	mercredi	18h00/19h30	
PILATES	tout âge	TOURIA	lundi	9h00/10h00	La Bosque
GYM DETENTE		MARIE-FLORE	lundi	10h00/11h00	
		MARIE	mardi	9h00/ 10h00	
			mardi	10h00/11h00	
		TOURIA	jeudi	15H00/16H00	
RENFORC MUSCUL	adultes	MARIE-FLORE	lundi	11h00/11h45	La Bosque
STRETCHING			lundi	11h45/12h30	
GYM TONIC			vendredi	9h30/10h30	
STRETCHING		10h30/ 11h30			
STRETCHING		TOURIA	vendredi	17h00/18h00	La Grande Terre
CARDIOGYM					cours supprimé
CHORALE					cours supprimé
RANDO	facile moyenne normale couplée sportive	CATHY, CHANTAL CHRISTIANE , MIREILLE CHRISTIAN et MICHEL vous concoctent ces différentes randos :			le jeudi
	dominicale	avec programme trimestriel			2 dimanches/ mois
SORTIES CULTURELLES		MAGGY	1 vendredi par trimestre, environ		
TIR A L'ARC	entrainement adultes	GABY, VALERIE	lundi	9h00/12h00	Dans la Salle Polyvalente ou
	initia. adultes, ados	JEAN-MARIE	vendredi	10h00/12h00	
	entrain. adultes	NICOLAS	samedi	8h45/10h00	stand extérieur
	ANDRE ERIC	10h00/12h15		temps permettant	

\* tous nos moniteurs sont diplômés

\*\* nouveaux

\*\*\* horaire avancé



E-Mail : [inscriptionrando@orange.fr](mailto:inscriptionrando@orange.fr)

Site Internet : [www.venellesloisirs.fr](http://www.venellesloisirs.fr)

Bureau ouvert le mardi de 16h00 à 19h00

Tel 04 42 54 19 93

## LA RANDONNEE



Les monitrices :

Cathy , Chantal ,

Christiane et Mireille

Les moniteurs :

Christian et Michel