


**En raison du contexte sanitaire :**

**L'accès libre aux heures d'ouverture n'est plus possible.**

**L'inscription aux ateliers se fait sur rendez-vous ☎ 05 58 58 24 37**

**Le nombre de places est limité à 5 personnes (port du masque demandé)**

2020	AOUT	SEPTEMBRE	OCTOBRE	NOVEMBRE
<b>INFORMATIONS</b>	<b>Fermé du 10 au 17 Ouvert du 18 au 20 de 14h à 16h</b>	<b>Fermé du 07 au 11</b>		
<b>Le sel, ce que l'on croit, ce que l'on sait</b>	Mercredi 26 à 14h30		Mercredi 21 à 14h30	Mercredi 18 à 14h30
<b>Pourquoi et comment lutter contre le cholestérol ?</b>	Jeudi 06 à 14h30	Jeudi 03 à 16h00	Mercredi 14 à 14h30	Mercredi 04 à 14h30
<b>L'équilibre alimentaire</b>	Mardi 04 à 14h30	Mercredi 02 à 14h30	Mercredi 7 à 14h30	Mardi 03 à 14h30
<b>Surpoids, obésité, que faire ?</b>	Mardi 25 <b>ET</b> Vendredi 28 à <b>14h30</b>	Mardi 15 <b>14h30 ET</b> Jeudi 17 à <b>16h</b>	Mardi 20 <b>ET</b> Jeudi 22 à <b>14h30</b>	Mardi 10 à <b>14h30 ET</b> Jeudi 12 à <b>16h</b>
<b>Atelier « sucre »</b>	Mercredi 05 à 14h30	Mardi 01 à 14h30	Mardi 06 à 14h30	Mardi 17 à 14h30
<b>Etiquettes, casse tête !</b>	Mercredi 26 août à 14h30	Mercredi 30 à 14h30	Jeudi 15 à 14h30	Mercredi 25 à 14h30
<b>NOUVEAUX ATELIERS PRATIQUES (4 personnes par atelier)</b>				
<b>L'INSCRIPTION ET LA PARTICIPATION AUX ATELIERS NE POURRA PAS SE FAIRE LE MÊME JOUR.</b>				
 Ex : je souhaite participer à l'atelier du lundi 06 Juillet. Je ne pourrai pas m'inscrire ce même jour à 14h car nous avons besoin de préparer votre dossier. Merci				
<b>Renforcement musculaire global</b>	Lundi 03 à 14h15	Mardi 15 à 14H	Mardi 13 à 16H	Mercredi 04 à 11H30 Mercredi 18 à 16H
<b>Equilibre et prévention des chutes</b>	Mardi 04 à 14h15	Mercredi 30 à 11H30	Mercredi 14 à 11H30	Mardi 03 à 16h Mardi 17 à 16H
<b>Avec l'activité physique ça cogite plus vite</b>	Jeudi 06 à 14h15 Jeudi 20 à 14h15	Jeudi 17 à 14H	Vendredi 09 à 14H	Mardi 24 à 16H
<b>Renforcement spécifique sangle abdominale</b>	Lundi 10 à 14h15 Mardi 25 à 14h15	Mardi 29 à 16H	Mardi 06 à 16H Mercredi 21 à 11H30	Mardi 10 à 16H Mercredi 25 à 11H30
<b>Souplesse et mobilité articulaire</b>	Jeudi 27 à 14h15		Vendredi 02 à 11H30 Mardi 20 à 16H	Vendredi 13 à 11H30