



# Loisirs et Culture de l'Herbasse

(Association Intercommunale)

40, place du Champ de Mars - Mairie - 26260 Margès

## ACTIVITES SAISON 2023-2024 :

	<b>Atelier(s)</b>	<b>Agenda</b>	<b>Encadrement</b>	<b>lieux</b>
1	Chorale Heure chantante <b>Margès</b>	Mercredi 14H00 -15H30	<b>S*</b> : Emmanuelle	Complexe sportif
2	Marche Nordique <b>St Donat</b>	Jeudi 14H30-16H00	<b>S*</b> : Françoise	RDV parking Netto
3	Tonification musculaire <b>Margès</b>	Mercredi 10H30-12H00	<b>S*</b> : Nathalie	Complexe sportif
4	Entretien du corps <b>Margès</b>	Mardi 11H00-12H00	<b>S*</b> : Nathalie	Complexe sportif
5	Stretching <b>Margès</b>	Jeudi 17H15-18H15	<b>S*</b> : Patricia	Complexe sportif
6	Pilâtes <b>Arthémonay</b>	Mardi 19H30-20H30	<b>S*</b> : Nathalie	Complexe sportif
7	Pilâtes <b>Margès</b>	Mardi 15H15-16H15	<b>S*</b> : Nathalie	Complexe sportif
8	Équilibre <b>Margès</b>	Mardi 14H00-15H00	<b>S*</b> : Nathalie	Complexe sportif
9	Zumba <b>Margès</b>	Mardi 19h30-20h30	<b>S*</b> : Cécile	Complexe sportif
10	Street-Jazz <b>Margès</b>	Mardi 18h30-19h30	<b>S*</b> : Cécile	Complexe sportif
11	Danse Country <b>Margès</b>	Vendredi 14H00-15H30	<b>B</b> : Didier	Complexe sportif
12	Gym. Cérébrale <b>Margès</b>	Mardi 09H30-10H45	<b>B</b> : Marie-France	Complexe sportif
13	Gym. Cérébrale <b>St Donat</b>	Jeudi 09H00-10H15 Jeudi 10H30-11H45	<b>B</b> : Marie-France	Salle club aînés
14	Nature <b>Margès</b>	Vendredi 09H00-11H30 1 fois / mois	<b>B</b> : Michel	Salle des associations
15	Art Floral <b>Margès</b> <i>hors fournitures</i>	Vendredi 09H00-11H30 1 fois / mois	<b>B</b> : Évelyne	Salle des associations
16	Balade à petits pas <b>St Donat</b> <i>canne, déambulateur, acceptés</i>	Lundi 14H00-16H00	<b>B</b> : Suzanne	RDV parking Netto

Encadrement des ateliers : **S\*** = animatrice professionnelle. **B** = animation assurée par des bénévoles.

Les nouveaux adhérents aux ateliers peuvent tester les activités 1 fois au maximum, avant de valider leur inscription.