



ACTIVITÉS	CHOIX	JOURS & HORAIRES	LIEUX	TARIFS 2018
<b>Multimédia</b>				
<b>Ateliers Numériques</b>		En fonction de la programmation	Cyber Seniors Espace Seniors	15 € / Carte de 10 séances
				15 € / Carte de 10 séances
<b>Club Photo</b>		Vendredi 10h00 - 12h00	Cyber Seniors	10 €
<b>Académie Cérébrale</b>		Mardi 10h30 - 12h00	Espace Seniors	10 €

## Création, Loisirs & Culture

<b>Bricolage</b>		du Lundi au vendredi	14, rue du C. de la barre	14h00 - 17h00	20 €
<b>Bridge</b>		Samedi	Espace Savary	14h00 - 18h00	5 €
<b>Chorale (sur Audition)</b>		Vendredi	Repotel	10h00 - 12h00	5 €
<b>Cuisine</b>		Mardi	Espace Savary	10h00 - 13h30	5 €
<b>Loto</b>		1 Vendredi / mois	Espace Savary	14h00 - 17h00	5 €
<b>Pause Ciné</b>		En fonction de la programmation	Espace Savary		7 €
<b>Peinture sur Porcelaine</b>		Lundi	Espace Savary	14h00 - 17h00	5 €
		Mercredi		14h00 - 17h00	5 €
<b>Poker</b>		Jeudi	Espace Savary	14h30 - 16h30	5 €
<b>Belote</b>		Lundi et Mercredi	Espace Savary	14h00 - 17h00	5 €
<b>Scrabble</b>		Lundi et Mercredi	Espace Savary	14h00 - 17h00	5 €
<b>Tarot</b>		Lundi	Espace Savary	17h30 - 20h00	5 €
<b>Théâtre</b>		Jeudi	Espace Seniors	14h30 - 17h00	5 €
<b>Travaux Manuels</b>		Mercredi	Espace Savary	14h00 - 17h00	5 €

## Sport & Prévention Santé

<b>Aquagym</b>		Lundi	<b>Piscine Aquazena</b> (Fort d'Issy)	15h45 - 16h30	90 €
		Jeudi		15h15 - 16h00	
		Mardi	<b>Piscine Alfred Sevestre</b> (Centre ville)	10h15 - 11h00	
		Mardi		11h15 - 12h00	
		Jeudi		11h15 - 12h00	
		Vendredi		11h15 - 12h00	
<b>Atelier de Prévention des Chutes</b>		Lundi	Gymnase La Source	10h30 - 12h00	30 €
		Vendredi			
<b>Danses de Salon</b>		Mardi (Confirmé)	Espace Icare	14h30 - 15h30	80 €
		Mardi (Débutant)		15h30 - 16h30	
<b>Gymnastique d'entretien adaptée</b>		Mardi	Atelier Janusz Korzak	10h30 - 11h30	35 €
		Mercredi	Maison de Retraite Repotel	10h30 - 11h30	
		Jeudi	Halle des Epinettes	14h30 - 15h30	
		Lundi	Gymnase La Source	9h30 - 10h30	
		Mardi		11h00 - 12h00	
		Vendredi		9h30 - 10h30	
<b>LIA Gym et Relax</b>		Mardi	Espace Icare	13h30 - 14h30	55 €
<b>Marche Nordique</b>		Lundi	Bois de Clamart	10h00 - 11h30	80 €
<b>Marche Rapide</b>		Vendredi	Parc Henri Barbusse	11h00 - 12h00	5 €
<b>Sophrologie</b>		1 Mercredi par mois	Espace Seniors	10h00 - 11h00	60 €
				11h15 - 12h15	
<b>Tennis de Table</b>		Vendredi	Gymnase La Source	14h30 - 16h00	5 €
<b>Zumba</b>		Vendredi	Piscine Aquazena (Fort d'Issy)	10h30 - 11h30	80 €
<b>Gym Pilates</b>		Mardi	Gymnase La Source	11h00 - 12h00	CHEQUE A L'ORDRE DE L'OMS
<b>Stretching Form' Fitness</b>		Mardi	Gymnase La Source	9h00 - 10h00	
		Mercredi			
		Jeudi			
<b>Tai Chi Chuan</b>		Mardi (Confirmé)	Gymnase La Source	9h30 - 10h30	
		Vendredi (Débutant)		9h00 - 10h00	
<b>Yoga</b>		Mardi	Gymnase La Source	10h00 - 11h00	
		Jeudi		10h30 - 11h30	
<b>Musculation</b>		Mardi	Gymnase Jules Guesde	10h15 - 11h15	
		Mercredi			
		Jeudi			

**Tarif dégressif : Pilates, Stretching, Tai Chi Chuan, Yoga et Musculation :**  
**1 cours par semaine 75 € - 2 cours par semaine 125 € - 3 cours par semaine 160 €**