

# Une semaine avec ABELS

*La Forêt de Roi*

## **LUNDI**

dessin de 19h30 à 21h00

sophrologie de 20h00 à 21h00

danse de 20h30 à 22h00

## **MARDI**

cartonnage de 14h00 à 18h00 une fois par mois

yoga de 18h30 à 19h30

## **MERCREDI**

anglais de 10h00 à 11h00 et de 11h15 à 12h15

karaté de 18h00 à 19h00

scrapbooking de 20h30 à 22h30 tous les 15 jours

## **JEUDI**

gym sensorielle de 10h00 à 11h30

cartonnage de 20h00 à 22h00 tous les 15 jours

ping pong de 20h00 à 22h00

## **SAMEDI**

scrapbooking de 14h00 à 18h00 une fois par mois

## **DIMANCHE**

course à pied à partir de 9h30

randonnée une fois par mois le matin

les cours suivront les protocoles sanitaires en vigueur

**nous contacter :**

[asso.bienetre.loisirs.sante@gmail.com](mailto:asso.bienetre.loisirs.sante@gmail.com)

06 88 48 20 67