

## ACTIVITÉS PAR JOUR

<b>LUNDI</b>		
De 08h45 à 09h45	Maintien en forme	Gymnase 2 rue des Écossais (Centre Ville)
De 12h00 à 13h30	Gymnastique aquatique (Détails au verso)	Piscine de Bellejouanne (2 séances de 45 mn)
De 14h00 à 16h00 environ	Randonnées Tupardou	1 <sup>er</sup> lundi du mois Place de France/ St Cyprien. Autres lundis, parking gymnase des Sables
De 14h00 à 18h00	Tarot	Rébeilleau (cafétéria sous stade)
De 14h00 à 19h00	Billard	39 bis rue de la Cassette
De 14h30 à 16h30	Atelier « Parlons d'actualité »	UPAR 32 rue de Blossac (tous les 15 jours)
<b>MARDI</b>		
De 10h30 à 11h30	Maintien en forme	Gymnase 2 rue des Écossais (Centre Ville)
De 14h00 à 17h00	Scrabble	UPAR 32 rue de Blossac
De 10h00 à 12h00	Mosaïque	UPAR 32 rue de Blossac
De 14h00 à 16h30	Ensemble vocal A Plein Chœur	St Martin 156 avenue de la Libération Poitiers
De 14h00 à 17h00	Laines, fils et aiguilles	UPAR 32 Rue de Blossac
De 14h00 à 17h00	Jeux de boules	Nanteuil Migné-Auxances (été) Salle Pierre Loti Bellejouanne (hiver)
De 14h45 à 15h45	Maintien en forme	Carré Bleu Couronneries 1 bis rue de Nimègue
De 14h00 à 17h00	Sculpture sur bois	Centre Socio Culturel Clos Gauthier 1 pl. Léon Jouhaux
<b>MERCREDI</b>		
De 08h45 à 09h45	Maintien en forme	Gymnase Bellejouanne
De 09h30 à 10h30	Ateliers mémoire (tous les 15 jours)	UPAR 32 rue de Blossac
De 09h45 à 11h00	Relaxation	6 rue du Doyenné (centre ville)
De 14h00 à 17h30 (l'hiver) De 08h30 à 12h00 (l'été)	Randonnée « Tupardou »	Point de rencontre (voir bulletin)
<b>JEUDI</b>		
De 09h30 à 10h30	Ateliers mémoire (tous les 15 jours)	UPAR 32 rue de Blossac
De 14h00 à 17h00	Bridge	UPAR 32 rue de Blossac
De 14h00 à 15h30	Cours d'anglais	6 rue du Doyenné
De 14h00 à 17h00	Marches promenades	RDV parking de la Roseraie
De 14h30 à 15h30	Maintien en forme	Centre Socio Culturel Clos Gaultier 1 pl. Léon Jouhaux
<b> VENDREDI</b>		
De 09h00 à 10h00	Maintien en forme	Centre Socio Culturel Blaiserie Rue des Frères Montgolfier
De 10h00 à 12h00	Peinture	UPAR 32 rue de Blossac
De 10h15 à 11h15	Gymnastique du dos	Gymnase 2 rue des Ecossais (Centre Ville)
De 10h30 à 12h30	Gym aquatique	Piscine Blaiserie (3 séances de 40 mn)
De 14h00 à 17h00	Scrabble	UPAR 32 rue de Blossac

En période de "Plan Grand Froid" le gymnase des Ecossais peut être réquisitionné.

Dans ce cas, une mesure de repli pourra être proposée en fonction des disponibilités des salles de la Mairie, qui nous met à disposition ses structures.