

## VALENCE SPORT SENIOR - Planning des activités 2025/2026

Jour et Horaires		lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
	9h					
	9h30		Activ'Mémoire			TAL
	10h	Marche sportive			Pickleball	
	10h30		Art Thérapie			
	11h	Marche Nordique				
	11h30					
	12h					
	12h30					
	13h					
	13h30					
	14h	14h/14h45 Gym tonic 14h45/15h45 Gym Douce (Stretching, assouplissement, relaxation)	SMS		Swin Golf et Disc Golf	
	14h30					
	15h					
	15h30					
	16h					
	16h30					
	17h					

Pas d'activité pendant les vacances scolaires.

Ce calendrier est peut être modifié en fonction des lieux de pratique et de leur disponibilité.  
Vos Animatrices Fédérales : Marie-Paule : 06 27 69 49 70 (Art Thérapeute), Yasmina : 06 16 71 89 18

Pour nous contacter : Adresse mail : valencesportsenior@gmail.com - Tél : 06 16 71 89 18

Pour vous inscrire : ffrs-retraite-sportive.org , rubrique : "s'inscrire" dans le menu en haut à gauche de la page d'accueil. Choisir le club N° 26005