



# PLANNING DES ACTIVITES DE JANVIER A MARS 2024

## A CONSERVER



Date	Jour	Janvier	Février	Mars	
1	L				<b>Café - rencontre : C.S.E Renault 20 Rue du sputnik - Le Mans</b>
2	M		Marche plaisir		lundi 15 janvier 2024 15h30/17h
3	M				lundi 12 février 2024 15h30/17h
4	J				lundi 18 mars 2024 15h30/17h
5	V		Parky Danse Aqua gym Réunion mensuelle		lundi 8 avril 2024 15h30/17h
6	S		Qi Gong Taï Chi		lundi 13 mai 2024 15h30/17h
7	D		Aqua gym Marche nordique		lundi 17 juin 2024 15h30/17h
8	L	Réunion mensuelle Inscription			
9	M		Marche plaisir		
10	M	Marche nordique			
11	J			Parky Danse Aqua gym Réunion mensuelle	<b>Café Jeunes Parkinson &amp; Jeunes Aidants Restaurant Campanile ZAC Gazonfler - Le Mans</b>
12	V	Marche plaisir	Parky Danse Aqua gym Café Rencontre	Qi Gong Taï Chi	samedi 6 janvier 10h/11h30
13	S		Qi Gong Taï Chi	Aqua gym Marche nordique	samedi 10h/11h30
14	D		Aqua gym Marche nordique		samedi 10h/11h30
15	L	Parky Danse Aqua gym Café Rencontre		Marche plaisir	
16	M	Qi Gong Taï Chi	Marche plaisir		
17	M	Aqua gym Marche nordique			
18	J			Parky Danse Aqua gym Café Rencontre	
19	V	Marche plaisir	Parky Danse Aqua gym	Qi Gong Taï Chi	
20	S		Qi Gong Taï Chi	Aqua gym Marche nordique	
21	D		Aqua gym Marche nordique		<b>Réunions mensuelles Maison de Quartier les Ardriers - Le Mans</b>
22	L	Parky Danse Aqua gym		Marche plaisir	lundi 8 janvier 14h30/17h : Galette - inscription activités
23	M	Qi Gong Taï Chi	Marche plaisir		lundi 5 février 14h30/17h : jeux
24	M	Aqua gym Marche nordique			lundi 11 mars 14h30/17h : Crêpes party - jeux
25	J			Parky Danse Aqua gym	lundi 6 mai 14h30/17h : Bastide -matériel médical
26	V	Marche plaisir		Qi Gong Taï Chi	lundi 3 juin 14h30/17h : OuiHelp - Aide à domicile
27	S			Aqua gym Marche nordique	
28	D				
29	L	Parky Danse Aqua gym		Marche plaisir	
30	M	Qi Gong Taï Chi			
31	M	Aqua gym Marche nordique			
		<b>Réunion mensuelle</b>			
Qi Gong		de 9h15 à 10h15	30 €	Maison de Quartier Pierre Perret Le Mans	
Taï Chi		de 10h30 à 11h45	40 €		
Remue méninges		de 10h30 à 11h30	30 €	Résidence Le Chanzy Avenue Chanzy - Le Mans	
Aqua gym		de 17h à 18h	50 €	Centre Gallouédec - Le Mans	
Marche nordique		de 10h à 11h15	0 €	Parking du Verger Bois de l'Epau - Le Mans	
Parky Danse		de 10h30 à 12h	40 €	Salle de danse CSE Renault - Rue du sputnik Le Mans	
Ping pong parkinson		de 10h30 à 12h	40€/an	Rue Garnier Pagès - Le Mans	