



Adultes



- Gym Douce /Lundi 10h00 à 11h00
- Pilates /Lundi 19h00 à 20h00
- Zumba /Lundi 20h00 à 21h00
- Qi Gong /Mardi 9h45 à 11h15
- Informatique /Mardi 10h00 à 11h00
- Cafés des émotions, 3ème Mardi de chaque mois /14h00 à 16h00
- Conférences : 1/Trimestre les Mardis 17h00 à 19h00 sur des thèmes de l'éducation et la famille.

Possibilité de garderie gratuite de 0 à 8 ans.

- Gym Fitness /Jeudi 19h00 à 20h00
- Self Défense / Mercredi 19h45 à 21h15
- Initiation à la langue Française cours collectifs /Jeudi 14h00 à 15h30
- Initiation à l'informatique par le Français /Mardi 14h00 à 15h30
- Cours individuels sur rdv avec le soutien de la Croix Rouge Française
- Petit dej de la Famille / 1 Vendredi/mois 9h30 à 11h00
- Atelier Bien-être /Vendredi 13h30 à 16h00
- Atelier Jardin /Vendredi 14h00 à 16h00
- Peinture /Vendredi 14h30 à 17h00

Adhésion +
20 €

Adhésion +
Participation suivant
activité

Adhésion



* Sous réserve de 8 personnes inscrites.