

TABLEAU ACTIVITES AVF 2024/2025

ARTS

Couture Vendredi 14h 17h

Montage Vidéo Mercredi 17h 18h30 (sept a mai)

Peinture en liberté Mardi + Vendredi 9h30 12h

Peinture Aquarelle Jeudi 9h30 12h

Peinture Pastel Jeudi 14h 17h

Peinture porcelaine Mardi 14h 17h

Photo confirmé Vendredi 14h 17h
Samedi 9h30 12h Technique (sortie 1j/2)
Photo débutant Mardi 9h30 11h30
Jeudi 14h 17h Technique (sortie 1j/2)

Travaux aiguilles Jeudi 14h 17h

LUDIQUES

Chants Lundi 16h 18h

Cartes /Bridge Mercredi+ Vendredi 14h 17h
Cartes Tarot Lundi 14h 17h

Country line Danse Lundi 14h 16h (1 an de pratique) +Mardi debutant 17h 18h30

Danse de Salon (oral) Lundi 19h 23h

Danse en Ligne de salon Jeudi 16h30 17h45

Jeux de Société Mardi 14h 16h30 (1+3 du mois)

Karaoké Jeudi 17h30 20h

Scrabble Mercredi 14h 17h

CULTURE

Astrologie Lundi Intermédiaire 10h 12h +Lundi confirmé 14h 17h
Jeudi debutant 10h 12h (2+3+4 du mois)

Autour livre Jeudi 10h 12h (1^{er} tous 2 mois)

Cercle Poésies Vendredi 10h 12h (1^{er} du mois)

Dictée Vendredi 17h 18h30 (1^{er} du mois)

Ecriture Créative Vendredi 9h30 12h (2+4 du mois)

Informatique Initiation Mercredi débutant 8h30 10h
Logiciels , Traitements Texte, Image, Tableur Mercredi débutant 9h 10h30 + confirmé 10h30 12h

Theatre Mardi +Jeudi 9h30 12h

LANGUES

Anglais Lundi intermédiaire 17h 18h + confirmé 18h 20h

Espagnol Mardi Intermediaire 14h 15h30 +15h30 17h + conversation 17h 18h30

Italien Lundi conversation 9h 10h30 + litterature 10h30 12h +Mercredi débutant 10h30 12h

SPORTS

Balade Lundi 4 a 5 kms 13h45 16h15

Balade Jeudi 5 a 8 km 13h45 17h

Balade Samedi 12 à 15 kms toute journée
Golf Activité payante Lundi +Mardi+Jeudi+Vendredi 13h 15h+ Mercredi 12h 15h
Gym Douce Lundi 11h 12h
Pétanque Mardi+Vendredi
Vélo (route) 40 kms Mercredi confirmé 9h 12h
BIEN ETRE
Sophrologie Activité payante Vendredi 10h 11h30 (1+3 du mois)
Yoga (Oral) Activité Payante Lundi 8h45 10h45 (2gr) + Mardi+ Jeudi 9h 10h
SORTIES/AUTRES
Sorties Culturelles (1 à 2 fois /mois)
Sorties Découverte/Voyages (1 fois/mois)
Sorties Découverte de la Mer Activité payante Tte l'année 9h 18h
Rencontre Ciné Passion Vendredi (2 +3 du mois si nombreux 17h 19h
Généalogie ??? 1 fois / mois