ORAL

Office de la Retraite Active en Lunellois

Tous les ateliers ont lieu dans les locaux d'ORAL sauf cas particuliers signalés ci-dessous.

ACTIVITES pour la SAISON 2025-2026

ACTIVITÉS	ANIMATEURS	PROGRAMME	DATE DE REPRISE
ANGLAIS : Débutant	Lindsay Burstall	Lundi de 10h30 à 12h00	Lundi 06 octobre 2025
ATELIER DE PÉNÉLOPE	Anny Mollard	Mercredi de 14h00 à 16h30	Mercredi 01 octobre 2025
AUTOUR DES SCIENCES ET DU VIVANT	Jean-Pierre Lavergne	2ème et 4ème Jeudi du mois De 17h00 à 19h00	Jeudi 25 septembre 2025
CHORALE*	Gérard Magana Mickaël Tollis Régis Verdié	**Salle VAUBAN** Lundi de 16h00 à 18h00	Lundi 22 Septembre 2025
CLUB DE LECTURE	Louis-Marie Rousseau	Le 3ème Lundi du mois De 14h15 à 16h15	Lundi 15 Septembre 2025
DANSES DE SALON & ROCK	Cathy Espinosa Jean-Pierre Monino,	**Salle VAUBAN** Lundi de 19h A 20h30 Danse de Salon de 20h30 à 22h00 Rock	Lundi 13 Octobre 2025
DÉCOUVERTE GARRIGUE	Céline et Pierre-Yves Legros	Mercredi de 09h00 à 12h00	Printemps 2026
DICTEE	Alex Conil	Le 1er lundi du mois à 17h00	Lundi 06 octobre 2025
GÉNÉALOGIE	Serge Chapelain	Le 2ème Jeudi du mois de 14h00 à 15h30	D'Octobre à Février Jeudi 09 Octobre 2025
Atelier d'Eloquence et de prise de parole en public	Alex Conil	Le 1er et le 3ème mardi du mois de 09h00 à 11h00	Mardi 30 septembre 2025
GROUPE MUSICAL « Les vieilles casquettes »	Jean-Paul Raynal	Vendredi de 17h15 à 20h00	Vendredi 12 Septembre 2025
GYMNASTIQUE	Christiane Biasiato	**Salle MARCOU** Mardi de 09h00 à 10h00 Mercredi de 16h30 à 17h30	Mardi 30 septembre 2025
INFORMATIQUE 2 niveaux	Pierre Vilalta	*Grands Débutants* Jeudi de 09h30 à 11h00 1er N1V Vendredi 09h30 à 11h00	Réunion le 23/09/2025 **Salle VAUBAN** de 11h00 à 12h00

<u>Permanence</u> tous les mardis hors vacances scolaires de 9h00 à 11h30 et de 14h30 à 16h30.

Association loi 1901 - N° SIRET : 421 359 415 00021
207 avenue du Général De Gaulle - Espace Vauban - 34400 Lunel
Tél : 04 67 82 56 21 - @ : orallunel34@gmail.com

ORAL

Office de la Retraite Active en Lunellois

Blog https://associations.lunel.com/oral-lunel/ **QR CODE**

ACTIVITÉS	ANIMATEURS	PROGRAMME	DATE DE REPRISE
Session Android	Christine Hamel	.Android Jeudi de 9h00-10h30 de **Janvier à Mars**	Réunion le 23/09/2025 **Salle VAUBAN** de 11h00 à 12h00
INFORMATIQUE Thématique (P.J)	Alain Urbanéja Dominique Van Iseghem Pierre Vilalta	Lundi 14h30-16h00 Mercredi 9h30-11h00	Lundi 06 Octobre 2025
JEUX DE CARTES :	Gérard Villon	Vendredi à 13h30	Vendredi 12 Septembre 2025
LOISIRS	Gilles Beaubras Dominique Carrasco Marie Gourc Lysiane Hareux	Sorties / Repas Voyages Tickets Cinéma/Annonces	Mardi, permanence de 9h00 à 11h30 & de 14h30 à 16h30 (hors vacances scolaires)
MÉMOIRE	Ghislaine Marcadier	2ème et 4ème lundi du mois De 13h30 à 15h00 de 15h30 à 17h00	Lundi 13 octobre 2025
PEINTURE	Annick Planson	Mercredi de 9h15 à 11h30	Mercredi 1er octobre 2025
PÉTANQUE	Jean-Luc Moynier	**Cour VAUBAN** Mercredi & Jeudi – 14h00	Mercredi 24 Septembre 2025
PILATES*	Sandrine Rabay Louis-Marie Rousseau	**Salle DOJO - MARCOU** Jeudi de 10h30 à 11h15	Jeudi 02 octobre 2025
PHOTOS	Christine Hamel Gérard Magana	Mardi de 14h00 à 17h00	Mardi 23 Septembre 2025
RANDONNEE	Patricia Boeykens Serge Chapelain Denis Lacombe Charles Nogaret Louis-Marie Rousseau	Rando ½ journée Lundi-Mercredi-Vendredi Départ à 13h30 Rando Vendredi à la journée Départ à 08h30	Réunion le 23/09/2025 à 9h00 **Salle VAUBAN**
THÉATRE	Christiane Mouchel	**Salle EX-BRIDGE** Jeudi de 16h00 à 18h00	Jeudi 18 Septembre 2025
VTT	Gérard Magana	**Cour VAUBAN** Mercredi 08h30	Mercredi 24 Septembre 2025
YOGA*	Sandrine Rabay Louis-Marie Rousseau	**Salle MARCOU** Lundi 8h45 à 9h45 & 9H45 à 11h00 Jeudi 8h45 à 10h00	Réunion le 18/09/2025 **Salle VAUBAN** Début des cours le lundi 29 septembre 2025

L'adhésion à ORAL emporte acceptation pleine et entière de ses statuts et de son Règlement Intérieur, consultables sur le site. L'adhérent atteste être couvert en Responsabilité civile. L'adhérent qui s'inscrit à une activité physique (VTT, danse, randonnée,...) reconnaît y être apte. Règlement de la cotisation : 30 € (Chèques – CB-Espèces acceptées)
Votre carte d'adhérent pour renouvellement. Activités avec* : Cotisation + un supplément annuel

Association loi 1901 - N° SIRET : 421 359 415 00021
207 avenue du Général De Gaulle - Espace Vauban - 34400 Lunel
Tél : 04 67 82 56 21 - @ : orallunel34@gmail.com