

Le Programme des
Midis en forme

AVRIL

2026

LUN.

MAR.

MER.

JEU.

VEN.

30

31

01

02
12h00 - 13h00
Marche Rapide
Extérieur

03

06
★ Lundi de Pâques

07
11h45 - 12h15
Gym sur chaise
Salle 6ème

08

09
12h00 - 13h00
Marche Rapide
Extérieur

10

13

14
12h30 - 13h00
Renfo ou Step
Salle RDC

15

16
12h00 - 13h00
Marche Rapide
Extérieur

17

20
12h15 - 12h45
Renfo ou Step
Salle RDC

21

22

23
12h00 - 13h00
Marche Rapide
Extérieur

24

27
11h45 - 12h15
Gym sur chaise
Salle 6ème

28

29

30
12h00 - 13h00
Marche Rapide
Extérieur

01