



PLANNING ACTIVITES

LA REMUÉE 2022-2023

SALLE CULTURELLE

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
09h00/09h30					
09h30/10h00					
10h00/10h30					
10h30/11h00					
11h00/11h30		COIN DES PETITS Isabelle: 06.95.86.74.82 Carole: 06.47.73.22.30		COIN DES PETITS Isabelle: 06.95.86.74.82 Carole: 06.47.73.22.30	
11h30/12h00					
12h00/12h30			ATELIERS SOPHROLOGIE		
12h30/13h00					
13h00/13h30			ADULTES ISEM/3		
13h30/14h00			ADOS ISEM/3		
14h00/14h30			ENFANTS ISEM/3 Karine 06.24.48.33.14		
14h30/15h00	COUTURE evelyne.boissel@gmail.com				
15h00/15h30					
15h30/16h00				Club des Anciens Mme Mistral 02.35.13.86.91 Jeux & Gouter 1 semaine/2	PATCHWORK Janine ANDRÉ janine.quilt@free.fr 06.41.84.22.38
16h00/16h30			COURS COLLECTIF GUITARE 1 SEMAINE SUR 2 Mr BOET 06.07.38.01.79		
16h30/17h00		BRODERIE 1fois /mois bertindaniele48@gmail.com 06.14.32.58.29			
17h00/17h30				MEDITATION &/ou YOGA Evelyne 06.83.07.87.81	
17h30/18h00					
18h00/18h30					
18h30/19h00					
19h00/19h30		CERCEAU AERIEN Sandra 06.02.72.34.82	GYM ADULTE Mme Renault 06.51.56.56.69		
19h30/20h00					
20h00/20h30				Club Jeux de Société mme.sorega@gmail.com 1 fois par mois	
20h30/21h00					
21h00/21h30					
21h30/22h00					

SAISON SPORTIVE 2022/2023
Tous les jeudis à La Remuée

Cours d'essai le jeudi 08 Septembre 2022

COMMENCE L'ANNÉE EN GRANDE FORME

17h45 STEP Intermédiaire
18h45 Circuit Training
19h45 Zumba

Cours de Zumba avec Raniya Les jeudis à 19h45 La Remuée. Soyez vous-même

Allez cardio et renforcement musculaire sous forme d'ateliers ludiques!

Inscription : Crystal-hit@outlook.fr

POLE DANCE FITNESS

Le cerceau aérien ou "hoop"
C'est la tenue de la danse avec l'équilibre. Aussi amusant que sportif et é.

C'est beau.
C'est souple.
C'est le challenge.
C'est un kiffe.

Sur réservation
sarah.vanzij76@hotmail.com

spoledance_ | 6 IMPASSE DES MERCURIALES 79450 LA REMUÉE

SOPHRO-RELAXATION SONORE
BOLS TIBÉTAINS ET CARILLONS À VENT

LES LUNDIS DE 14H00 A 15H00

REPRISE LE 19 SEPTEMBRE 22
SALLE POLYVALENTE LA REMUÉE

TARIF: 189€ -HORS VACANCES SCOLAIRES
NATACHA LAMOTTE - SOPHROLOGUE CERTIFIÉE - INSCRIPTION AU 06.44.35.86.02

Danse Urbaine
Margot 06.28.83.29.76 –
margotpurple@gmail.com

ART & MOUVEMENT

SportADN
06.41.13.99.87 –
sportadn76@gmail.com

Karine
06.24.48.33.14 –
reflexologuelaremuée@gmail.com

Guitare
06,07,38,01,79

à vous de Broder

BRODERIE – Danièle BERTIN
bertindaniele48@gmail.com –
06.16.32.58.29

Gym Adulte
Mme Renault
Marylène
02.35.20.65.68
06.51.56.56.69

Assistante Maternelle Agréée
Isabelle: 06.95.86.74.82
Carole : 06.47.73.22.30

Couture
evelyne.boissel@gmail.com
06 82 28 66 80

Club Jeux de Société
mme.sorega@gmail.com

Nouveau à la Remuée !
À PARTIR DU 1^{er} SEPTEMBRE 2022

TOUS LES JEUDIS À LA SALLE DES FÊTES

MÉDITATION
17h30-18h10

YOGA
18h15 - 19h30

RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS
AUPRÈS D'EVELYNE, VITALITÉ YOGA
06 83 07 87 81 / vitaliteyoga.fr

PATCHWORK
Janine ANDRÉ
Janine.quilt@free.fr
06.41.84.22.38

PATCHWORK

SALLE OMNISPORT

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI	DIMANCHE
9h00/10h00						
10h00/11h00	RESERVÉ ÉCOLE	RESERVÉ ÉCOLE		RESERVÉ ÉCOLE	RESERVÉ ÉCOLE	
11h00/12h00			GYM DOUCE Atilio 06.41.13.99.87			
12h00/13h00						DANSE URBAINE Margot 06.28.83.29.76
13h00/14h00						
14h00/15h00	SOPHROLOGIE RELAXATION SONORE Natcha 06.44.35.86.02					
15h00/16h00						
16h00/17h00						
17h00/18h00						
18h00/19h00						
19h00/20h00						
20h00/21h00						



Section Tennis de Table Sébastien Boucher

06.09.03.05.63

sebastien.boucher0@orange.fr



STEP INTER avec Raniya

CIRCUIT TRAINING avec Raniya

ZUMBA avec Raniya
crystal-hill@outlook.fr