

ACTIVITÉS, LIEUX ET HORAIRES

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	
M A T I N	 RETRAITÉS DYNAMIQUES Vautx en Velin	 DANSE COUNTRY Centre Jean Moulin Avenue Jean Moulin 9h à 11h	 YOGA (1h) Centre Jean Moulin Avenue Jean Moulin 8h30 9h40 10h45	PÉDESTRE 7h30 YOGA (1h)  Centre Jean Moulin Avenue Jean Moulin 9h30 10h30	 GYMNASTIQUE (1h) Palais des sports 8h30-9h30-10h30 GYM DOUCE (1h) Cercle Escrime Vaudais Avenue Jean Moulin 9h30 / 10h45	M A T I N
	 SILVER XIII (1h) Palais des Sports rue M.Audin 11h à 12h	 PISCINE Bassin TPE 11h15 à 12h45 1h15 dont 45 mn <i>de gym aquatique</i>	 RETRAITÉS DYNAMIQUES TRAIL EN VOIE	Sortie RANDO en car à la journée Marche Raquettes Ski de fond en hiver 3 ou 4 Groupes de niveaux différents Tél : 06 67 66 38 43	 SOPHROLOGIE (1h) Centre Jean Moulin Avenue Jean Moulin 9h30	
A P R È S - M I D I	DANSE COUNTRY Centre Jean Moulin Avenue Jean Moulin 14h à 16h	 JEUX Espace Frachon <i>Tous les 1^{er} mardi</i> <i>après-midi du mois</i> <i>Vérifier auprès de ASLRVV</i>	 GYM DOUCE (1h) École Beauverie avenue G.Péri 14h à 15h 15h à 16h	Facile Modéré Expérimenté Déplacement raquettes 18€ Déplacement marche 14€	DANSES du MONDE Centre Jean Moulin Avenue Jean Moulin 14h à 17h PISCINE (45min) Chassieu départ 15h30 <i>en attendant Jean GELET</i>	A P R È S - M I D I
	 PEINTURE salle du Bel Âge 54 rue de la République 14h à 17h <i>encadré pendant deux heures</i>					
S O I R	 TIR à L'ARC (1h30) <i>encadré les semaines paires</i> Gymnase Jesse Owens rue Georges Séguin 17h30 à 19h	A.S.L.R.V.V. SOPHRO 80€ Randonnée 10€	TARIFS Adhésion 30€ Activités 60€ Peinture 120€ <i>Un règlement des activités en 4 fois peut être parfois envisagé</i>	A.S.L.R.V.V. YOGA 80€ Danses 10€	 TIR à L'ARC (1h30) Gym Jesse Owens rue Georges Séguin 17h30 à 19h	S O I R
	 ŒNOLOGIE Espace Frachon un lundi chaque mois 19h				 RETRAITÉS DYNAMIQUES Vautx en Velin	