

**PLANNING DES ACTIVITÉS EN PRÉSENTIEL  
DU MOIS DE JANVIER 2026**

**PENSEZ A VOUS INSCRIRE PAR MAIL ET/OU VÉRIFIER VOTRE INSCRIPTION A L'ACCUEIL**

Mardi 06	Vendredi 09	Mardi 13	Vendredi 16	Mardi 20	Vendredi 23	Mardi 27	Vendredi 30
MODELAGE 10H00-12H00	PILATES 10H30 - 11H30						
12H00-13H00 PAUSE DEJEUNER	TEMPS LIBRE 11h30 - 13h00						
SOPHROLOGIE 1er : 13H00 - 14H00 2e : 14H00 - 15H00	13H00-14H00 PAUSE DÉJEUNER	SOPHROLOGIE 1er : 13H00 - 14H00 2e : 14H00 - 15H00	13H00-14H00 PAUSE DÉJEUNER	SOPHROLOGIE 1er : 13H00 - 14H00 2e : 14H00 - 15H00	13H00-14H00 PAUSE DÉJEUNER	SOPHROLOGIE 1er : 13H00 - 14H00 2e : 14H00 - 15H00	13H00-14H00 PAUSE DÉJEUNER
QI GONG 15H15 - 16H15 16H15 - 17H15	DESSIN AVEC RETROPROJECTEUR	QI GONG 15H15 - 16H15 16H15 - 17H15	FLEUR EN LAINE CARDEE	QI GONG 15H15 - 16H15 16H15 - 17H15	GALETTE DES ROIS	QI GONG 15H15 - 16H15 16H15 - 17H15	JEUX DE SOCIETE
Fermeture des locaux 17H30	Fermeture des locaux 17H00						