

JUILLET 2019



Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
1 Marche Loisinord Noeux les Mines * 10h-11h30	2 Aquagym 9h-10h Marche 14h-15h30	3 Amma Assis (sur RDV) 9h-12h	4 Sophrologie 10h-11h30 Gymnastique 14h30-16h	5 Relaxation 14h-15h
8 Hypnose 10h-11h30 Café Expression 14h-15h30	9 Aquagym 9h-10h Marche 15h30-16h30	10 Initiation à la médiation pleine conscience 10h-11h30	11 Randonnée Verquigneul* 9h30-11h	12 Gymnastique 10h-11h30 Art thérapie 14h00-16h30
15 Relaxation 10h-11h Socio-Esthétique « Soins des mains » 14h-16h	16 Aquagym 9h-10h Marche 15h30-16h30	17 Découverte du Yoga 14h30-16h	18 Randonnée Bois Saint Pierre Auchel* 14h30-16h	19 Gymnastique 10h-11h30 Temps convivial « Octobre Rose » Atelier création 14h30-16h30
22 Les Goûters de Carole 14h30-16h30	23 Randonnée Parc d'Olhain * 11h-14h	24 Temps convivial « Herbes et Epices » 14h30-16h30 Animé par Carole	25 Marche 14h-15h30	26 Gymnastique 10h-11h30 Randonnée Vimy * 14h30-16h30
29 Socio-Esthétique « Epilation » 9h30-11h30	30 Aquagym 9h-10h Marche 15h30-16h30	31 Atelier Cuisine 10h-14h	Association Prévart 42-48 Rue de La Ferme du Roy 62400 BETHUNE Coordinateur : Thomas LAURENT Assistantes de Coordination : Delphine LORENSKI, Marie-Astrid DENISSELLE et Laëtitia PRZYBYLSKI Tel: 03 21 68 80 80 / SMS : 06 61 23 89 41 (Merci de signer vos messages) erc@prevart.fr	

A noter :

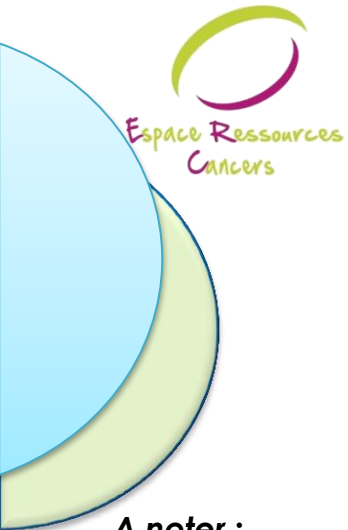
L'**aquagym** à lieu au centre aquatique de BETHUNE.

La **gym** a lieu salle Hautecoeur, Rue Jules Ferry à BETHUNE (voir plan)

L'**atelier cuisine** a lieu au Local Convivialité, boulevard des Etats-Unis à BETHUNE (voir plan)) (**à PREVART jusqu'en Septembre**)

***Pour plus de détails, consultez le planning des activités physiques adaptées pour l'été 2019**

AOÛT 2019



A noter :

L'**aquagym** à lieu au centre aquatique de BETHUNE.

La **gym** a lieu salle Hautecoeur, Rue Jules Ferry à BETHUNE (voir plan)

L'**atelier cuisine** a lieu au Local Convivialité, boulevard des Etats-Unis à BETHUNE (voir plan) **(à PREVART jusqu'en Septembre)**

***Pour plus de détails, consultez le planning des activités physiques adaptées pour l'été 2019**

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
			1 Marche/course orientation 14h-16h	2 Gymnastique 10h-11h30 Relaxation 14h-15h
5 Amma Assis (sur RDV) 9h-12h	6 Aquagym 9h-10h	7 Randonnée Club Aviron Béthune 10h-11h30	8 Sophrologie 10h-11h30	9 Gymnastique 10h-11h30 Socio-Esthétique « Soins du visage » 14h-16h
12 Relaxation 10h-11h Randonnée Notre Dame de Lorette 14h30-16h30	13 Aquagym 9h-10h Initiation à la méditation pleine conscience 14h-15h30	14 Temps convivial « Herbes et Epices » 9h30-11h30 Animé par Carole	15	16
19 Socio-Esthétique « Cosmétiques faits maison » 9h30-11h30	20 Aquagym 9h-10h Temps convivial « Octobre Rose » Atelier création 14h30-16h30	21 Marche 11h00-14h Scrapbooking 14h30-16h30	22 Randonnée Terrils Haillicourt 9h30-11h Les Goûters de Carole 14h30-16h30	23 Gymnastique 10h-11h30 Relaxation 14h-15h
26 Café expression 14h-15h30	27 Découverte du Yoga 10h-11h30	28 Atelier Cuisine 10h-14h	29 Sophrologie 10h-11h30	30 Art thérapie 9h30-12h

SEPTEMBRE 2019



Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
2 Socio-Esthétique « Relooking » 14h-16h	3 Découverte du Yoga 10h-11h30 Temps convivial « Octobre Rose » Atelier création 14h30-16h30	4 Bouquins Potins 14h30-16h	5 Initiation à la méditation pleine conscience 10h-11h30	6 Café expression 10h15-11h45 Les Goûters de Carole 14h30-16h30
9 Art thérapie 9h30-12h Aquagym 16h-17h	10 Atelier Cuisine 10h-14h	11 Hypnose 10h-11h30	12 Sophrologie 10h-11h30	13 Les Bienfaits du Rire 10h-11h30
16 Relaxation 10h-11h Café expression « Prendre soin de soi » 14h-15h30 Aquagym 16h-17h	17 Marche 14h-15h30	18 Amma Assis (sur RDV) 9h-12h	19 Gymnastique 14h30-16h	20 Socio-Esthétique « Pédicure » 9h30-11h30 Scrapbooking 14h30-16h30
23 Aquagym 16h-17h	24 Marche 14h-15h30	25 Jeu de lettres « Scrabble Duplicate » 14h-16h30	26 Sophrologie 10h-11h30 Gymnastique 14h30-16h	27 Art thérapie 14h-16h30
30 Relaxation 10h-11h Aquagym 16h-17h	Association Prevart 42-48 Rue de La Ferme du Roy 62400 BETHUNE Coordinateur : Thomas LAURENT Assistantes de Coordination : Delphine LORENSKI , Marie-Astrid DENISSELLE et Laëtitia PRZYBYLSKI Tel : 03 21 68 80 80 / SMS : 06 61 23 89 41 (Merci de signer vos messages) erc@prevart.fr			

A noter :

L'**aquagym** à lieu au centre aquatique de BETHUNE.

La **gym** a lieu salle Hautecoeur, Rue Jules Ferry à BETHUNE (voir plan)

L'**atelier cuisine** a lieu au Local Convivialité, boulevard des Etats-Unis à BETHUNE (voir plan) **(à PREVART jusqu'en Septembre)**



PLAN LOCAL ATELIER CUISINE



Local convivialité

48 bis Boulevard des États-Unis
62400 BETHUNE

PLAN SALLE GYMNASIUM DU JEUDI APRES-MIDI



GARE