

## **AVRIL 2025** - Activités Physiques Adaptées - HEBDOMADAIRES

Adhésion 20€ à l'année - 1€ de participation par séance d'une heure, 2€ pour 2 heures

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
MATIN	MARCHE NORDIQUE avec Chantal 10h à 12h Parc de Vaugrenier à Villeneuve Loubet	GOLF avec Léonard 10h -11h30 Golf de la Vanade à Villeneuve-Loubet 1er et 15 avril	PILATES avec Sophie 8h45 - 9h45 via Zoom		
MA	AQUAGYM 10h - 11h Piscine St Roch à Nice			<b>ZUMBA avec Céline 10h - 11h</b> Parc Chambrun ou 65 bd de Cessole à Nice	MARCHE NORDIQUE avec Carole 9h45 à 11h45 Parc de la colline du château vieux Nice
MIDI		YOGA avec Nathalie 12h30 -13h45 288 Chemin St Claude à Antibes + via Zoom			YOGA avec Marion 12h -13h Maison des Associations Place Garibladi Nice
APRES-MIDI		DANSE avec Maguy 14h - 15h Melting Danse 18 rue Catherine Ségurane Nice	YOGA avec Nicole 15h - 16h Topfit à Polygone Cagnes sur Mer		YOGA avec Eric 12h30-13h30 Via zoom + Salle Polyvalente 288 Chemin de St Claude à Antibes
APRES		ESCALADE de BLOC 18h - 20h Chez Akose Nice Valley	Cours de THEATRE avec Nathalie 18h à 20h Maison des Ass. P.Garibaldi - Nice	AQUAGYM 19h à 19h45 Centre Nautipolis à Sophia Anipolis	
	SAMEDI				
JOURNEE	ESCRIME avec l'OGC Escrime 9h30 "Fitness" 10h30 "Sabre" 1 rue Colonel Guide, Nice		Vacances scolaires du 5 au 22 avril, certaines activités seront suspendues (vos intervenants vous préviendront directement)  * Vendredi 4 avril - Atelier "poterie" à Tourrette sur loup 15h à 18h (10 places - sondage prochainement)		
	PIROGUE et KAYAKS 9h -11h30 Cannes jeunesse Port Mouré Rouge à Cannes		* Jeudi 24 avril - RANDO ROSE - Au départ du Village de Piène Haut (SOSPEL) - Ouvert à toutes (sondage prochainement)		
	SOS Cancer du Sein - 07 82 97 02 06 - ESPACE ROSE au 11 rue de la Providence 06300 Nice - contact@soscancerdusein.org - www.facebook.com/SOS.Cancer.Sein - instagram #soscancerdusein - www.soscancerdusein.org				