

PROGRAMME DES ACTIVITES pour 2022-2023

ANGLAIS – débutants niveau 1 Niveau 2 Niveau 3	Le mercredi de 14 h 15 à 15 h 15 Le mercredi de 15 h 15 à 16 h 15 Atelier suspendu momentanément	Local 7 clochers à Mirepoix Local 7 clochers à Mirepoix
DANSE DE LOISIRS	Le vendredi de 19 h à 20 h 30	Salle des fêtes de Montestruc
DICTEE	Le vendredi de 14 h à 15 h	Mairie de Ste Christie
ESPAGNOL Conversation	Le lundi de 18 h 30 à 19 h 30	Salle de la mairie de Roquefort
GYM VARIEE	Le lundi de 18 h à 19 h	Salle des fêtes de Ste Christie
GYM CARDIO-TONIQUE	Le lundi de 19 h à 20 h	Salle des fêtes de Ste Christie
GYM DOUCE et RELAXATION	Le mercredi de 18 h à 19 h	Salle des fêtes de Ste Christie
PILATES/CIRCUIT TRAINING	Le jeudi de 18 h à 19 h	Salle des fêtes de Ste Christie
ITALIEN – groupe « Birikini » groupe « Girasoli » groupe « Les Farfalles » groupe « Avanti » groupe « Primo »	Le lundi de 14 h 30 à 15 h 30 Le lundi de 15 h 30 à 16 h 30 Le mardi de 14 h à 15 h Le mardi de 15 h à 16 h 30 Le jeudi de 14 h 30 à 15 h 30	Local 7 Clochers à Mirepoix Local 7 Clochers à Mirepoix Local 7 Clochers à Mirepoix Local 7 Clochers à Mirepoix Local 7 Clochers à Mirepoix
LECTURE – HISTOIRE	Le jeudi de 18 h à 19 h 30	Local 7 Clochers à Mirepoix
MARCHE EN PLAINE	Le lundi à 9 h (5-6 km) Le jeudi à 8 h 30 (8 -10 km)	RDV au départ de la rando RDV au départ de la rando
MARCHE NORDIQUE	Le vendredi à 9 h (7 -8 km)	RDV au départ de la rando
MEMO-POURSUIITE	Le 1er mercredi du mois de De 14 h 30 à 16 h -	Local 7 Clochers à Mirepoix
PATCHWORK – COUTURE - BRODERIE – TRICOT	Un vendredi sur 2 à 14 h	Salle de la mairie de Roquefort
PEINTURE	le dernier vendredi du mois à 14 h Et 3^{ème} samedi du mois à 14 h	Salle municipale de Gavarret Salle municipale de Gavarret
SOPHROLOGIE	Le mardi de 18 h à 19 h	Salle des fêtes de Ste Christie

THEATRE	Le mercredi de 16 h à 18 h	Salle municipale de Gavarret
TIR A L'ARC	Le vendredi de 9 h 30 à 11 h 30	Gymnase de Mirepoix
	Le vendredi de 14 h 30 à 16 h 30	Gymnase de Mirepoix
YOGA	le mercredi de 10 h à 11 h	Salle des fêtes de Tourrenquets