

PROGRAMME DES ACTIVITES pour 2025-2026

ACTIV'MEMOIRE	le mercredi de 14 h à 15 h	Salle des fêtes de Tourrenquets
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/STRETCHING	Le jeudi de 18 h à 19 h	Salle des fêtes de Ste Christie
ITALIEN – groupe « Birikini » groupe « Girasoli » groupe « Les Farfalles » groupe « Avanti »	Le lundi de 14 h 30 à 15 h 30	Local 7 Clochers à Mirepoix
	Le lundi de 15 h 30 à 16 h 30	Local 7 Clochers à Mirepoix
	Le mardi de 14 h à 15 h	Local 7 Clochers à Mirepoix
	Le mardi de 15 h à 16 h 30	Local 7 Clochers à Mirepoix
LECTURE – HISTOIRE	Le jeudi de 17 h 30 à 19 h	Local 7 Clochers à Mirepoix
MARCHE EN PLAINE	Le lundi à 9 h (5-6 km)	RDV au départ de la rando
	Le jeudi à 8 h 30 (8 -10 km)	RDV au départ de la rando
MARCHE NORDIQUE	Le vendredi à 9 h (7 -8 km)	RDV au départ de la rando
MARIONNETTES	Le jeudi à 14 h	Château de Roquefort
PEINTURE	le 2ème vendredi	Salle municipale de Gavarret
	Et dernier vendredi du mois à 14 h 30	
PICKLEBALL	le mardi de 15 h à 17 h	Salle des sports de Mirepoix
	Le vendredi de 17 h 30 à 19 h	Salle des sports de Mirepoix
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 jeudi de 10 h à 11 h	Salle municipale de Gavarret