



PROGRAMME SENIORS

RENTREE 2024

Septembre : reprise des activités à partir du 09/09 !

Reprise des activités la semaine du 9 septembre !

Gym séniors les lundis à 10h00 et jeudis à 10H30

Marche Activ' les mardis matin à 09h30

Sport santé les vendredis à 09H15

Yoga sur Chaise les vendredis à 10H30

ATELIERS SOMMEIL à la Tour d'Aigues :

5 séances, les jeudis à partir du 19/09 de 14h30 à 16h30

Inscriptions Ouvertes, atelier gratuit

ATELIERS INFORMATIQUE à la Bastide des Jourdans :

10 séances, les mardis à partir du 17/09 de 09H30 à 11h30

Inscriptions Ouvertes, atelier gratuit

Octobre : l'automne fait son grand retour

Reprise des ateliers informatiques à la Tour d'Aigues !

Du niveau débutant au niveau intermédiaire, à l'année ou pour des ateliers spécifiques, il y en aura pour tous les goûts !

Ateliers gratuits, à partir de 60 ans, sur inscription

New :

Atelier lacto-fermentation Le Mardi 29 Octobre salle des aires

Atelier jeux vidéos e-sport

Novembre et décembre

ATELIER MEMOIRE :

10 séances, à partir du jeudi 7 Novembre, de 14h30 à 16h30

Inscriptions ouvertes !



Inscriptions au centre social et culturel de la Tour d'Aigues, au
04 90 07 23 00
secteurseniors.aiguier@gmail.com

