

PLANNING DES GROUPES DE PAROLE ET DES ACTIVITES SUR LYON ET L'EST LYONNAIS

	Mois de novembre 2025															
Activités LYON	lundi	mardi	mercredi	jeudi	lundi	mercredi	jeudi	lundi	mardi	mercredi	jeudi	lundi	mardi	mercredi	jeudi	
	3	4	5	6	10	12	13	17	18	19	20	24	25	26	27	
Tennis de table : 17h00 à 18h30																
Gym APA : 10h30 à 11h30 ou 11h30 à 12h30																
Gym APA en visio : 14h à 15h																
Marche Nordique : 14h30 à 16h00																
Tango : 10h30 à 11h30																
Sophrologie en présentiel : 14h à 15h																
Sophrologie en visio : 18h00 à 18h45																
Formation des Aidants : 13h30 à 16h00																
Café des JP (groupe1 et 2) : 18h à 20h																
Café " Pas à Pas " (malades +64 ans): 10h à 12h																
Café Entr'aïdants : 14h à 16h																

	Mois de novembre 2025														
Activités Est lyonnais	mercredi		vendredi		mercredi		vendredi		mercredi		vendredi		mercredi		vendredi
	5		7		12		15		19		21		26		28
Tennis de table : 14h30 à 16h00															
Marche Nordique : 11h15 à 12h45															

	Mois de décembre 2025														
Activités LYON	lundi	mardi	mercredi	jeudi	lundi	mardi	mercredi	jeudi	lundi	mardi	mercredi	jeudi	lundi		
	1	2	3	4	8	9	10	11	15	16	17	18	22		
Tennis de table : 17h00 à 18h30													VACANCES		
Gym APA : 10h30 à 11h30 ou 11h30 à 12h30															
Gym APA en visio : 14h à 15h															
Marche Nordique : 14h30 à 16h00													VACANCES SCOLAIRES		
Tango : 10h30 à 11h30															
Sophrologie en présentiel : 14h à 15h															
Sophrologie en visio : 18h00 à 18h45															
Formation des Aidants : 13h30 à 16h00															
Café des JP (groupe1 et 2) : 18h à 20h															
Café " Pas à Pas " (malades +64 ans): 10h à 12h															
Café Entraïdants : 14h à 16h															

	Mois de décembre 2025											
Activités Est lyonnais	mercredi		vendredi		mercredi		vendredi		mercredi		vendredi	VACANCES
	3		5		10		12		17		19	
Tennis de table : 14h30 à 16h00												SCOLAIRES
Marche Nordique : 11h15 à 12h45												