

**PLANNING DES ACTIVITES DE JANVIER A MARS 2024**  
**A CONSERVER**



Date	Jour	Janvier	Février	Mars	
1	M		S	S	<b>Cafés - rencontre :</b> <b>C.S.E Renault 20 Rue du spoutnik - Le Mans</b>
2	J		D	D	15h30/17h
3	V		L	<b>Aqua gym</b> Réunion mensuelle	15h30/17h
4	S		M	<b>Qi Gong</b> <b>Taï Chi</b>	15h30/17h
5	D		M	<b>Aqua gym</b>	15h30/17h
6	L	<b>Galette Inscriptions</b> Réunion mensuelle	J	Remue méninges Ping Pong Parki	15h30/17h
7	M	<b>Qi Gong</b> <b>Taï Chi</b>	V	<b>PARKY DANSE</b>	15h30/17h
8	M	<b>Aqua gym</b>	S		15h30/17h
9	J	Remue méninges Ping Pong Parki	D		15h30/17h
10	V	<b>PARKY DANSE</b>	L	<b>Aqua gym</b>	15h30/17h
11	S		M	<b>Qi Gong</b> <b>Taï Chi</b>	<b>Café Jeunes Parkinson &amp; Jeunes Aidants</b>
12	D		M	<b>Aqua gym</b>	
13	L	<b>Aqua gym</b>	J		Remue méninges Ping Pong Parki
14	M	<b>Qi Gong</b> <b>Taï Chi</b>	V	<b>PARKY DANSE</b>	
15	M	<b>Aqua gym</b>	S		
16	J	<b>Ping Pong Parki</b>	D		
17	V	<b>PARKY DANSE</b>	L	<b>Aqua gym</b>	
18	S		M	<b>Qi Gong</b> <b>Taï Chi</b>	
19	D		M	<b>Aqua gym</b>	
20	L	<b>Aqua gym</b>	J	<b>Ping Pong Parki</b>	<b>Réunions mensuelles</b> <b>Maison de Quartier les Ardriens - Le Mans</b>
21	M	<b>Qi Gong</b> <b>Taï Chi</b>	V	<b>PARKY DANSE</b>	lundi 9 septembre 10h/17h + Pique-nique - présentation des activités - inscription - jeux
22	M	<b>Aqua gym</b>	S		lundi 7 octobre 14h30/17h : Les pompes
23	J	Remue méninges Ping Pong Parki	D		
24	V	<b>PARKY DANSE</b>	L	<b>Aqua gym</b>	lundi 4 novembre 14h30/17h : Les troubles cognitifs
25	S		M	<b>Qi Gong</b> <b>Taï Chi</b>	lundi 9 décembre 14h30/17h : Accueil de jour
26	D		M	<b>Aqua gym</b>	<b>Réunions mensuelles</b> <b>Salle Cerdan - CE Renault - Le Mans</b>
27	L	<b>Aqua gym</b>	J	Remue méninges Ping Pong Parki	lundi 6 janvier 14h30/17h : Galette - inscription activités
28	M	<b>Qi Gong</b> <b>Taï Chi</b>	V	<b>PARKY DANSE</b>	lundi 3 février 14h30/17h : Les troubles de la déglutition
29	M	<b>Aqua gym</b>			lundi 3 mars 14h30/17h : Les troubles de la communication
30	J	<b>Ping Pong Parki</b>			lundi 12 mai 14h30/17h : comment alerter en cas d'urgence - téléassistance
31	V	<b>PARKY DANSE</b>		<b>Aqua gym</b>	lundi 2 juin 14h30/17h : goûter - jeux - bilan activités

**Réunion mensuelle**

<b>Qi Gong</b> <b>Taï Chi</b>	de 9h15 à 10h15 de 10h30 à 11h45	30 € 40 €	Maison de Quartier Pierre Perret Le Mans
<b>Remue méninges</b>	de 10h30 à 11h30	25 €	Résidence Washington - Avenue Chanzy - Le Mans
<b>Aqua gym</b>	de 17h à 18h	50 €	Centre Gallouédec - Le Mans
<b>Parky Danse</b>	de 10h30 à 12h	30 €	Salle E. Zola - CSE Renault - 20 Rue du spoutnik Le Mans
<b>Ping pong parkinson</b>	de 10h30 à 12h	50€/ an	Rue Garnier Pagès - Le Mans