



# Pujols Sport Senior Santé - Activités 2020 / 2021



|          | Activités en extérieur                  | 8 h 30 à 9 h  | 9 h à 10 h                              | 10 h à 11 h  | 11 h à 12 h | 13 h 30 à 14 h  | 14 h à 15 h | 15 h à 16 h                | 16 h à 17 h   | 17 h à 18 h                      | 18 h à 19 h 30 |
|----------|---|---|---|--|-------------|---|-------------|----------------------------|---|----------------------------------|----------------|
| LUNDI    | Randonnées pédestres : douce et moyenne | → De septembre à octobre et du 1er juin au 30 juin<br>Randonnée MOYENNE : départ 8 h 45<br>Randonnée DOUCE : départ 8 h 45                      |   |  |             | → De novembre à mai<br>Randonnée MOYENNE : départ 13 h 45<br>Randonnée DOUCE : départ 13 h 45 |             |                            |   |                                  |                |
|          |   |   |   | Conversation anglaise<br>(Noisetiers : 10 h à 11 h 30)         |             |   |             |                            |   | Gymnastique<br>17 h 15 à 18 h 15 |                |
|          |   |   |   | Badminton<br>Tennis de table<br>de 10 h 30 à 12 h 30           |             | Tir à l'arc<br>Tennis de table<br>13 h 30 à 17 h 45   |             |                            |   | Informatique<br>16 h à 18 h      |                |
| MARDI    |   |   | Généalogie<br>(Noisetiers : 9 h à 11 h) |  |             | A vos aiguilles<br>(Noisetiers : 14 h à 17 h)   |             |                            | Permanence Club<br>Jeux de société<br>(Noisetiers : 17 h à 19 h 30) |                                  |                |
|          |   |   |   | Badminton<br>de 10 h à 12 h<br>(Salle des raquettes)           |             | FERMETURE TEMPORAIRE  |             |                            |   |                                  |                |
| MERCREDI |   |   |   | Perfectionnement informatique<br>(Noisetiers : 10 h à 11 h 30) |             |   |             | Gymnastique<br>15 h à 16 h | Gymnastique<br>16 h 15 à 17 h 15                                    |                                  |                |
| JEUDI    | Randonnées pédestres : douce et moyenne | → Toute la saison<br>Randonnée DOUCE : départ 9 h 15<br>→ De septembre à octobre et du 1er juin au 30 juin<br>Randonnée MOYENNE : départ 8 h 45 |   |  |             | → De novembre à mai<br>Randonnée MOYENNE : départ 13 h 45                                     |             |                            |   |                                  |                |
|          |   |   | Généalogie<br>(Noisetiers : 9 h à 11 h) |  |             | Tir à l'arc<br>14 h à 17 h 30   |             |                            | A vos aiguilles<br>(Noisetiers : 14 h à 17 h)                       |                                  |                |
| VENDREDI |   |   | Gymnastique<br>9 h 30 à 10 h 30         | Gymnastique<br>10 h 45 à 11 h 45                               |             |   |             |                            | Badminton<br>Tennis de table<br>16 h 15 à 18 h                      |                                  |                |
|          |   |   |   | Initiation informatique<br>(Noisetiers : 10 h à 11 h 30)       |             |   |             |                            |   |                                  |                |

**Randonnées** : calendrier susceptible de modifications en fonction des conditions climatiques

**Randonnées** ► RDV au parking de la piscine Malbentre ou au lieu de départ.  
Le lieu de départ vous sera communiqué par mail 48 heures à l'avance.

Gymnastique, badminton, tennis de table, tir à l'arc ► Gymnase A. Mimoun