

## PROGRAMME DES ACTIVITÉS

Horaires du Samedi	Salle de Gym 1	Salle de Gym 2	Centre sportif Sept-Fontaines	Football	Tennis	Géocatching	Vélo	Pétanque
08h00 - 09h00								
09h00 - 10h00		Yoga Hatha						
10h00 - 11h00	Body JamDanse							
11h00 - 12h00		Capoeira						
Pause de midi								
13h30 - 14h30		Yoga séniors	Balade avec 1 chien					
14h30 - 15h30	Body Pump							
15h30 - 16h30		Zumba						
16h30 - 17h30								
Horaires du Dimanche	Salle de Gym 1	Salle de Gym 2	Centre sportif Sept-Fontaines					
08h00 - 09h00								
09h00 - 10h00	Yoga Hatha		Marche					
10h00 - 11h00	Zumba							
11h00 - 12h00	Gym Danse		Ping-Pong					
Pause de midi								
13h30 - 14h30	Yoga séniors	Mur de grimpe						
14h30 - 15h30		Mur de grimpe						
15h30 - 16h30		Mur de grimpe						
16h30 - 17h30		Mur de grimpe						

MERCI D'ETRE PRESENT 15 MN  
SUR PLACE AVANT LE DEBUT  
DES ACTIVITES

### Géocatching :

Activité pour tous (distance 5 km)  
Rendez-vous 07h45 devant la gare de Fey  
prendre avec vous un natel par équipe avec 4G

### Pétanque :

Lieu de l'activité à Bercher à la place de la gare.  
Matériel : mis à disposition sur place.

### Tennis :

Lieu : Terrains du Tennis Club Bercher  
(à côté des terrains de football de FC Bercher)  
Matériel : raquettes et balles mis à disposition

### Football :

Lieu : Terrain de football du FC Bercher

### Yoga / Body Jam Danse / Zumba / Capoeira Body Pump, Gym Danse :

Lieu : salle de gym du centre sportif des  
Sept-Fontaines  
Matériel à disposition sur place

### Vélo :

Activité pour tous : prendre votre vélo  
Rendez-vous devant le centre sportif des Sept  
Fontaines

### Marche / balade avec le chien / Ping-Pong :

Activité pour tous.  
Rendez-vous devant le centre sportif des  
Sept-Fontaines

### Gecko Escalade (Mur de grimpe) :

Activité pour tous  
Lieu : salle de Gym du centre sportif des  
Sept-Fontaines