



LUNDI	MARDI	RCR	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	
			9h30 MN (M) Mairie de Brasles (LG)		9h MN Eglise Essises (SB)	
		1	2	3	4	5
14h30-15h30 Gymnastique Pôle santé coté Kinés Montmirail (SB)	9h30 RD Cimetière St Denis Les Rebais (Francis)					
6	7	8	9	10	11	12
14h30-15h30 Gymnastique Pôle santé coté Kinés Montmirail (SB)	9h30 RD La Trétoire (Nadine)		9h30 MN (M) Pont de Saulchery (LG)			
13	14	15	16	17	18	19
				13h-14h Gymnastique Pôle santé coté Kinés Montmirail (SB)	9h MN Palais des Rencontres au Blanchard Chateau Thierry (SB)	
20	21	22	23	24	25	26
14h30-15h30 Gymnastique Pôle santé coté Kinés Montmirail (SB)	9h30 RD Mairie de Saacy sur Marne (Nadine)		9h30 MN (M) Essomes (LG)	13h-14h Gymnastique Pôle santé coté Kinés Montmirail (SB)		
27	28	29	30	31	30	

MN = Marche nordique SAMEDI - Gym = Activités gymniques d'entretien LUNDI - animées par Sonia BATOG (SB) Tel: 06.04.13.86.18

MN jeudi animée par Laurent GRIGNON (LG) Tel : 06.14.36.34.07

RD=Rando douce MARDI animée par Francis Tél: 06.71.91.11.45 , Nadine Tél: 06.70.20.72.20 ,

(IMPORTANT : Laissez un message la veille de la sortie à l'animateur concerné pour l'informer de votre présence, il pourra aussi vous orienter si vous ne connaissez pas le lieu du rdv)