



PROGRAMME SPORT SANTE - JUIN 2025

Marche Nordique adaptée - Activités gymniques d'entretien



LUNDI	MARDI	RCR	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DI
14h30-15h30 Gymnastique Pôle santé coté Kinés Montmirail (SB)	9h30 RD Doucy (Francis)		9h30 MN (M) Cimetière de Chézy (LG)			
2	3	4	5	6	7	8
	9h30 RD 9 chemin de la poste Petit Porteron Crouttes (Nadine)		9h30 MN (M) Essomes salle des fêtes (LG)	13h-14h Gymnastique Pôle santé coté Kinés Montmirail (SB)	9h Technique MN Forêt de Choqueuse (DB)	
9	10	11	12	13	14	15
14h30-15h30 Gymnastique Pôle santé coté Kinés Montmirail (SB)	9h30 RD Launoy Brûlé (Francis)			13h-14h Gymnastique Pôle santé coté Kinés Montmirail (SB)	9h MN Essomes Salle des fêtes (SB)	
16	17	18	19	20	21	22
14h30-15h30 Gymnastique Pôle santé coté Kinés Montmirail (SB)	9h30 RD Restaurant du Bac Charly (Nadine)		9h30 MN (M) Eglise de Chézy (LG)	13h-14h Gymnastique Pôle santé coté Kinés Montmirail (SB)	9h MN Chateau Thierry Parking de la poste (SB)	
23	24	25	26	27	28	29
14h30-15h30 Gymnastique Pôle santé coté Kinés Montmirail (SB)					le 29 FETE DE L'ASSOCIATION (programme à venir)	
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 Technique MN SAMEDI animée par [Didier BEAUBAIS \(DB\)](#) 07.65.59.54.88

RD=Rando douce LUNDI animée par [Francis](#) Tél: 06.71.91.11.45 , et MARDI animée par [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)