

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	
13h15 - 14h15 Gymnastique Pôle santé côté Kinés Montmirail (SB)	9h30 RD Eglise de Montdauphin (Francis)	9h30 RD Montmirail AV. del'Empereur placeWald Michelbach (Nadine)		13h-14h Gymnastique Pôle santé côté Kinés Montmirail (SB)	9h MN Eglise de Courbouin (SB)	
1	2	3	4	5	6	7
13h15 - 14h15 Gymnastique Pôle santé côté Kinés Montmirail (SB)	9h30 RD Club de billard La Ferté sous Jouarre (Nadine)	9h30 RD Eglise de L'Echelle le Franc (Francis)	9h30 MN (M) Pont de Saulchery (LG)	13h-14h Gymnastique Pôle santé côté Kinés Montmirail (SB)	9h MN Eglise de La Chapelle sur Chézy (SB)	
8	9	10	11	12	13	14
13h15 - 14h15 Gymnastique Pôle santé côté Kinés Montmirail (SB)	9h30 RD Lavoir de Coucermont (Francis)	9h30 RD Mairie de Fromentières (Nadine)	9h30 MN (M) Eglise de Nogentel (LG)	13h-14h Gymnastique Pôle santé côté Kinés Montmirail (SB)	9h MN Eglise d'Azy sur Marne (SB)	
15	16	17	18	19	20	21
13h15 - 14h15 Gymnastique Pôle santé côté Kinés Montmirail (SB)	9h30 RD Mairie de Nanteuil (Nadine)		JOYEUX NOEL			
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

MN = Marche nordique SAMEDI - Gym = Activités gymniques d'entretien LUNDI et VENDREDI - 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 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)