



LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	
				1	2	3
13h-14h Gymnastique Pôle santé côté Kinés Montmirail (SB)	9h30 RD Coton (Nadine)		9h30 MN (M) Salle des Fêtes Essomes (LG)		9h MN Fère en Tardenois Parking des ruines du vieux château (SB)	
4	5	6	7	8	9	10
13h-14h Gymnastique Pôle santé côté Kinés Montmirail (SB)	9h30 RD Saincy (Francis)	9h30 RD Eglise de Courbetaux (Francis)		13h-14h Gymnastique Pôle santé côté Kinés Montmirail (SB)	9h MN Chateau Thierry Parking Jean Moulin SB)	
11	12	13	14	15	16	17
13h15 - 14h15 Gymnastique Pôle santé côté Kinés Montmirail (SB)	9h30 RD Eglise de Sablonnière (Nadine)		9h30 MN (M) Pont de Saulchery (LG)	13h-14h Gymnastique Pôle santé côté Kinés Montmirail (SB)		
18	19	20	21	22	23	24
9h30 RD au Geai (Francis)		9h30 RD Parking Lidl Montmirail (Nadine)	9h30 MN (M) Eglise de Chézy (LG)	13h-14h Gymnastique Pôle santé côté Kinés Montmirail (SB)	9h MN Brasles Espace Eyssartier (SB)	
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)**