

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	
	1	2	3	4	5	6
			9h30 MN (M) Eglise de Chézy (LG)	13h-14h Gymnastique Pôle santé côté Kinés Montmirail (SB)	Forum des Associations Chateau-Thierry, Montmirail, La Ferté sous Jouarre	
7	8	9	10	11	12	13
13h15 - 14h15 Gymnastique Pôle santé côté Kinés Montmirail (SB)		9h30 RD Montmirail place Rémy (Francis)	9h30 MN (M) Essomes salle des fêtes (LG)	13h-14h Gymnastique Pôle santé côté Kinés Montmirail (SB)	9h MN Essomes salle polyvalente (SB)	Fête de l'asso ciatio n
14	15	16	17	18	19	20
13h15 - 14h15 Gymnastique Pôle santé côté Kinés Montmirail (SB)				13h-14h Gymnastique Pôle santé côté Kinés Montmirail (SB)		
21	22	23	24	25	26	27
13h15 - 14h15 Gymnastique Pôle santé côté Kinés Montmirail (SB)				13h-14h Gymnastique Pôle santé côté Kinés Montmirail (SB)	9h MN Nogent l'Artaud nouveau cimetière (SB)	
28	29	30			* le 13 Fête de l'association à St Léger près de Rebaix	

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)

