

ACTIVITES TEMPLEMAROISES 2024-2025

Place du Maréchal Leclerc (Local de la gare SNCF) 59175 TEMPLEMARS Tél : 03 20 60 37 41

activites-templemaroises13@orange.fr

Permanence : le jeudi de 14h30 à 15h30

AU LOCAL Place du Maréchal Leclerc

ARTISANAT: le jeudi 14h-17h

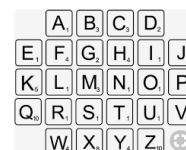
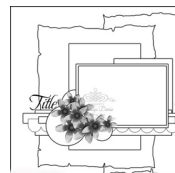
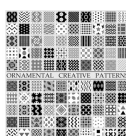
ART FLORAL (*fleurs fraîches*): le vendredi 19h-21h (6 cours/an)

BRIDGE: le mercredi 14h30-18h

PATCHWORK: le vendredi 14h-17h

SCRABBLE: le mardi 13h30-16h30

SCRAPBOOKING: le lundi 14h-16h30



SALLE DES ROUGES BARRES rue du Chevalier de la Barre ou Salle du DOJO complexe sportif

YOGA SUR TAPIS: le mercredi 18h30-19h45 (*salle des rouges barres*)

YOGA SUR TAPIS: le vendredi 9h15-10h30 (*salle du DOJO*)

YOGA SUR CHAISE: le vendredi 14h45-15h45 (*salle des rouges barres*)

ACTIVITÉS SPORTIVES: (*salle des rouges barres*)

- **Stretching:** le lundi 18h00-19h00
- **Gym d'entretien:** le mardi 9h-10h
- **Gym tonique:** le jeudi 18h15-19h15
- **Body zen:** le vendredi 9h30-10h45
(*Pilates-Stretching-Tai Chi-Qi Gong- Gym douce*)
- **Cardio-Step-Zumba:** le samedi 9h-10h15
(*Step-Aérobixe-Renforcement musculaire-Danses latino*)



SALLE HENRI DESBONNET rue Jules Guesde

BOURSE DÉCO : du vendredi 15 au dimanche 17 novembre 2024
(*une information spécifique sera donnée fin octobre début novembre*)



Lieu du rendez-vous selon programme

RANDONNÉE: 2 niveaux de randonnées possibles

- **grande marche** (3h): le lundi 9h-12h
- **petite marche** (1h30 ou 2h) : le jeudi 9h15-11h15

MARCHE NORDIQUE: le vendredi 9h30-11h30



**Les inscriptions aux Activités Templemaroises seront prises lors du Forum des Associations
Le 7 septembre 2024 de 11h à 16h
ou au local de l'association lors des permanences le jeudi de 14h30 à 15h30
Reprise des activités le 09/09/2024**