

3ème MI-TEMPS SALONAISE
2ème trimestre 2020

VOS ANIMATEURS



Danielle Bernard : 06 74 32 94 36 Rando / MN/ Mar
Chantal M. : 06 35 78 89 62 Théâtre / Gym
Domie Doira : 06 79 80 88 84 Gym
Raphaël : 06 22 74 14 20 Tir à l'Arc / Rand
Danièle Reiser : 06 87 94 18 98 Aquagym / MAC/M Bernadet
Geneviève : 06 87 42 94 44 Peinture sur porcePatrick : 06 13 10 59 49 Tir à l'arc
Thérèse : 06 72 85 48 27 Rando/MAC

Domie R. 06 03 07 99 99 Gym

MARCHE NORDIQUE du Mardi après midi

DATES	LIEUX FORET DE GRANS	
Avril 07 et 28	Marche Nordique Rendez vous parking des Pompiers - Départ 13h30	toujours des marches faciles
Mai 05 - 12 - 19 - 26	Marche Nordique Rendez vous parking du Légionnaire - Départ 13h30	toujours des marches faciles
Juin 02 - 09 - 16 - 23	Marche Nordique Rendez vous Parking des Chasseurs n°6- Départ 13h30	toujours des marches faciles

Vacances scolaires du
du Samedi 11 avril au dimanche 26 avril 2020

VACANCES SCOLAIRES d'Avril
du Samedi 11 avril au dimanche 26 avril 2020

DATES	Vendredi MARCHE DE PROXIMITE dans la FORET DE GRANS
Avril - 03 - 10 -	Rendez vous parking des Pompiers - Départ 9 h 15
Mai - 15 - 22 - 29	Rendez vous parking Du Légionnaire - Départ 9 h 15
Juin - 05 - 12 - 19 - 26	Rendez vous parking des Chasseurs n°6- Départ 9 h 15



Tableau des Randonnées Pédestres en annexe
MANIFESTATIONS DU TRIMESTRE



Dimanche 5 avril 2020

Sortie aux Saintes Marie de la Mer Capitale de la Camargue



Découverte de la Camargue en bateau et en petit train
sans oublier notre rendez vous au restaurant



pour un repas typiquement camarguais



Samedi 18 AVRIL 2020
Une Journée en Vélo



C'est parti pour la Digue à la Mer et le Phare de la Gacholle !!!



24 Kms (aller retour) depuis les Saintes Maries de la Mer jusqu'au Phare

Pique nique tiré du sac à dos

(Possibilité de louer des vélos aux Stes Maries de la Mer)



Lundi 15 Juin 2020
ASSEMBLEE GENERALE SUIVIE DU REPAS
AU DOMAINE DE PETITE A GRANS
Menu préparé par le Chef



Après midi farniente, parties de pétanques, de cartes ou de ping pong
Réservation du repas : chèque bancaire de 18€ à l'ordre du Domaine de Petite
à remettre à votre animat (rice) ou (eur) lors de vos activités sportives

Toutes les infos des manifestations seront détaillées et données par mail

LUNDI départ 13h30	MARCHE NORDIQUE	RYTHME ADAPTE	JEUDI départ 9h
Avril 06 - 27	Marche Nordique Rendez vous parking des Pompiers *		Avril 02 - 09 - 30
Mai 04 - 11 - 18 - 25	Marche Nordique Rendez vous Parking du Légionnaire*		Mai 06 - 14 - 28
Juin 08 - 22	Marche Nordique Rendez vous Parking des Chasseurs n°6*		Juin 04 - 11 - 18 - 25
		Toujours des marches faciles * lieu de départ donné à titre indicatif	

* Possibilités de modifier le départ des marches nordiques :
dans cette éventualité, vous serez informés du changement de lieux
Rappel : Avoir avec soi licence et fiche de renseignements. Les marches et les balades peuvent être
annulées ou modifiées en cas d'insdisponibilité ou d'absence des animateurs, sans préavis.
Consignes : Chaussures de marche obligatoires + gourde + casquette ou chapeau
Les rendez-vous sont précisés à chaque sortie soyez à l'heure

Lundi	TIR A L'ARC 9h00 / 11h30
Lundi	GYM 9h15 / 10h15 ----GYM 10h30 /11h30
Lundi	RANDONNEE PEDESTRE 13h30 / 17h00 ---MARCHE NORDIQUE 13h30 / 15h30
Mardi	GYM DOUCE 9h15 / 10h15 ----GYM 10h30 / 11h30
Mardi	MARCHE NORDIQUE 13h30 / 15h30
Mercredi	AQUAGYM Piscine des Canourgues 7h40/ 8h25 / PING PONG 9H00 / 11H30
Jeudi	GYM 9h15/10h15 - GYM 10h30/11h30 -- MARCHE NORDIQUE 9H/10H30
Jeudi	PEINTURE SUR PORCELAIN 14h /16h30--ATELIER THEATRE 15H / 18h
Vendredi	AQUAGYM Piscine des Canourgues 7h40 / 8h25
Vendredi	MARCHE DE PROXIMITE 9h15 / 10h30
Vendredi	PING PONG 9H /11H30 -- TIR A L'ARC 14h / 17h
Vendredi	RANDONNEE PEDESTRE à la journée une fois par mois (voir tableau en annexe)

