

UNE SEMAINE AU CLUB SANTE SENIORS MGEN 01



« La Conciergerie » ex conciergerie de la J.L.
 42 rue Charles Robin 01000 Bourg en Bresse
 Retrouvez toute l'actualité du club et les informations sur les activités sur notre site :
www.retmgen.org
 Pour tout contact mail : seniors.mgen01@retmgen.org

Les activités sur fond coloré nécessitent la licence 2FOPEN
 Les activités **en rouge** nécessitent un **certificat médical de non contre-indication**

Activités pratiquées en extérieur

Activités pratiquées en salle :

Clos J.L. salle Coquelicots 🌸, la conciergerie ★
 Salle St Roch 💚 ;
 Maison de la Citoyenneté et de la Culture 🏠

Ski et raquettes (stage de neige)
 Sorties marche
 Sorties vélo
 Voyages et visites Activités de loisirs

Danses du monde Gymnastique douce Bowling
 Informatique bibliothèque
 Photo Jeux de société
 Scrabble English practice
 Animations des mardis

La bibliothèque est accessible pendant les horaires d'ouverture de « la Conciergerie » ★

Bowling 1 séance par mois

Des voyages, des sorties, des visites, des stages (Cf. programmation annuelle voir sur le site)

Planning de la semaine saison 2024-2025

Lundi	★ 9h-11h PHOTO (Conciergerie) Photo numérique/Traitement de l'image une semaine sur 2 en alternance		13h15- 17h SORTIES MARCHÉ Groupe A et Groupe B (pour les lieux voir planning)	
	Mardi	★ 9h30-11h30 SCRABBLE (Conciergerie)	💚 14h-17h (Salle St Roch) ANIMATIONS (Programmation sur le site : conférences, films...)	★ 14h-17h00 JEUX DE SOCIÉTÉ (Conciergerie)
Mercredi		🏠 10h-11h15 ENGLISH PRACTICE MCC salle SR1	9h15-11h15 ATELIER POESIE	13h15- 17h SORTIES MARCHÉ Groupe C (pour les lieux voir planning)
	Jeudi	★ 9h15-11h15 INFORMATIQUE (Conciergerie)	Journée ACTIVITES NEIGE RV par courriel	13h15- 17h SORTIES MARCHÉ Groupe A et Groupe B (pour les lieux voir planning)
Vendredi		🌸 8h50-10h GYMNASTIQUE DOUCE Gr1 Salle Coquelicots Clos J.L.	🌸 10h15-11h30 GYMNASTIQUE DOUCE Gr2 Salle Coquelicots clos J.L.	🌸 14h-16h DANSES DU MONDE ET DANSES EN LIGNE Salle Coquelicots Clos J.L.
	10h-11h PERMANENCES INSCRIPTIONS : Septembre 6/09 – 13/09– 20/09– 27/09 Octobre 4/10 – 11/10 – 18/10 Puis lors des réunions de bureau le 2 ^{ème} vendredi du mois		10h-11h PERMANENCES CONCIERGERIE ★	