

SEPTEMBRE et OCTOBRE

Lundi 7 septembre : Marche selon la météo / 14h30, lieu à définir

Lundi 7 septembre : Atelier tricot / 13h30 petite salle de la MPT

Mercredi 9 septembre : Marche aquatique / 11h Poste de secours du steir

Vendredi 11 septembre : Atelier thématique / 14h15 Temple des arts à Lesconil

Lundi 14 septembre : PASS (gym adaptée) / 10h15 Salle Omnisports Penmarc'h

Lundi 14 septembre : Atelier tricot / 13h30 Salle de la MPT Penmarc'h

Lundi 14 septembre : Marche avec Steven Helias / 14h, parking de Rosquerno (en face du centre équestre)

Mardi 15 septembre : YOGA / 13h35 Dojo Penmarc'h

Mercredi 16 septembre : Marche aquatique / 11h Poste de secours du steir

Mercredi 16 septembre : Atelier peinture / 14h15 Salle Kergadec Kérité

Jeudi 17 septembre : PASS (gym adaptée) / 15h30 CLC Guilvinec

Jeudi 17 septembre : Atelier de sophrologie / 17h15 CLC Guilvinec

Vendredi 18 septembre : Atelier cuisine / 9h15-30 Salle de la Providence Treffiagat

Lundi 21 septembre : PASS (gym adaptée) / 10h15 Salle Omnisports Penmarc'h

Lundi 21 septembre : Atelier tricot / 13h30 Salle de la MPT Penmarc'h

Lundi 21 septembre : Marche selon la météo / 14h15, lieu à définir

Mardi 22 septembre : YOGA / 13h35 Dojo Penmarc'h

Mercredi 23 septembre : Marche aquatique / 11h Poste de secours du steir

Mercredi 23 septembre : Atelier peinture / 14h15 Salle Kergadec Kérité

Jeudi 24 septembre : PASS (gym adaptée) / 15h30 CLC Guilvinec

Jeudi 24 septembre : Atelier de sophrologie / 17h15 CLC Guilvinec

Vendredi 25 septembre : Atelier chant / 14h15 Santé Bigoudène

Lundi 28 septembre : PASS (gym adaptée) / 10h15 Salle Omnisports Penmarc'h

Lundi 28 septembre : Atelier tricot / 13h30 Salle de la MPT Penmarc'h

Lundi 28 septembre : Marche selon la météo / 14h15, lieu à définir

Mardi 29 septembre : YOGA / 13h35 Dojo Penmarc'h

Mercredi 30 septembre : Marche aquatique / 11h Poste de secours du steir

Mercredi 30 septembre : Atelier peinture / 14h15 Salle Kergadec Kérité

Mercredi 30 septembre : Atelier nutrition / Salle à trouver : 14h

Jeudi 1^{er} octobre : PASS (gym adaptée) / 15h30 CLC Guilvinec

Jeudi 1^{er} octobre septembre : **Atelier de sophrologie** / 17h15 CLC Guilvinec

Lundi 5 octobre : **PASS (gym adaptée)** / 10h15 Salle Omnisports Penmarc'h

Lundi 5 octobre : **Atelier tricot** / 13h30 Salle de la MPT Penmarc'h

Lundi 5 octobre : **Marche selon la météo** / 14h15, lieu à définir

Mardi 6 octobre : **YOGA** / 13h35 Dojo Penmarc'h

Mercredi 7 octobre : **Marche aquatique** / 11h Poste de secours du steir

Mercredi 7 octobre : **Atelier peinture** / 14h15 Salle Kergadec Kérity

Jeudi 8 octobre : **PASS (gym adaptée)** / 15h30 CLC Guilvinec

Jeudi 8 octobre : **Atelier de sophrologie** / 17h15 CLC Guilvinec

Vendredi 9 octobre : **Atelier thématique** / 14h15 Temple des arts à Lesconil

Lundi 12 octobre : **PASS (gym adaptée)** / 10h15 Salle Omnisports Penmarc'h

Lundi 12 octobre : **Atelier tricot** / 13h30 Salle de la MPT Penmarc'h

Lundi 12 octobre : **Marche selon la météo** / 14h15, lieu à définir

Mardi 13 octobre : **YOGA** / 13h35 Dojo Penmarc'h

Mercredi 14 octobre : **Marche aquatique** / 11h Poste de secours du steir

Mercredi 14 octobre : **Atelier peinture** / 14h15 Salle Kergadec Kérity

Jeudi 15 octobre : **PASS (gym adaptée)** / 15h30 CLC Guilvinec

Jeudi 15 octobre : **Atelier de sophrologie** / 17h15 CLC Guilvinec

Vendredi 16 octobre : **Atelier cuisine** / 9h15-30 Salle de la Providence Treffiagat

VACANCES DE LA TOUSSAINT DU 19 OCTOBRE AU 1^{ER} NOVEMBRE. PAUSE POUR CERTAINES ACTIVITES.

Lundi 19 octobre : **Atelier tricot** / 13h30 Salle de la MPT Penmarc'h

Lundi 19 octobre : **Marche selon la météo** / 14h15, lieu à définir

Mercredi 21 octobre : **Marche aquatique** / 11h Poste de secours du steir

Vendredi 23 octobre : **Atelier chant** / 14h15 Santé Bigoudène

Lundi 26 octobre : **Atelier tricot** / 13h30 Salle de la MPT Penmarc'h

Lundi 26 octobre : **Marche selon la météo** / 14h15, lieu à définir

Mercredi 28 octobre : **Marche aquatique** / 11h Poste de secours du steir

Vendredi 30 octobre : **Atelier discussion libre** / 14h15 Santé Bigoudène

Lundi 2 novembre : **Atelier tricot** / 13h30 Salle de la MPT Penmarc'h

Lundi 2 novembre : **Marche selon la météo** / 14h15, lieu à définir

Mercredi 4 novembre : **Marche aquatique** / 11h Poste de secours du steir (dernière séance ?)

Vendredi 6 novembre : **Atelier discussion libre** / 14h15 Santé Bigoudène

- * **Informations supplémentaires** : Service promotion de la santé : 07 80 31 97 61 ou pds@santebigoudene.fr / Morane GOUYEN / Les lundis, mardis et jeudis de 9h30 à 12h30 puis de 14h à 17h et les mercredis de 9h à 12h puis de 14h à 17h ! **Pensez à me laisser un message, merci.**
- * **PS** : Les vendredis je suis en atelier, je ne peux pas vous répondre. Merci de votre compréhension.