

HORAIRES DES ACTIVITES 2023/2024

	9 heures 15 30 45 ↓ ↓ ↓	10 heures 15 30 45 ↓ ↓ ↓	11 heures 15 30 45 ↓ ↓ ↓	12 heures 15 30 45 ↓ ↓ ↓	13 heures 15 30 45 ↓ ↓ ↓	14 heures 15 30 45 ↓ ↓ ↓	15 heures 15 30 45 ↓ ↓ ↓	16 heures 15 30 45 ↓ ↓ ↓	17 heures 15 30 45 ↓ ↓ ↓
LUNDI		Tir à l'arc				Boules			
			Mémoire en éveil				Gymnastique		
MARDI	Randonnée								
		Pilates							
MERCREDI		Piscine					Mémoire en éveil		Tir à l'arc (18h30-21h00)
	Taï Chi débutants	Gymnastique					Yoga		
JEUDI	Taï Chi confirmés	Self Défense				Country		Danse en ligne	
						Tennis de table			
VENDREDI		Marche Nordique		Gymnastique			Taï Chi sabre		
		Tennis				Jeux de société			
				Yoga					
	↑ ↑ ↑ 15 30 45 9 heures	↑ ↑ ↑ 15 30 45 10 heures	↑ ↑ ↑ 15 30 45 11 heures	↑ ↑ ↑ 15 30 45 12 heures	↑ ↑ ↑ 15 30 45 13 heures	↑ ↑ ↑ 15 30 45 14 heures	↑ ↑ ↑ 15 30 45 15 heures	↑ ↑ ↑ 15 30 45 16 heures	↑ ↑ ↑ 15 30 45 17 heures

Boules (14h-16h) : Terrain de boules à Epinay sur Orge (voie des Prés).

Country (14h-15h15) / Danse en ligne (15h30-16h45) : salle communale (36 Rue Marcel Girard à Villemoisson).

Gymnastique : le lundi (15h00-16h30) et le vendredi (11h30-13h00) : Gymnase des Garances Voie des Osiers à Longpont / **le jeudi (10h15-11h45) :** salle communale (36 Rue Marcel Girard à Villemoisson).

Jeux de société (14h-17h) : Salle "Belle Epoque" (RdC Bas) au Manoir du Vieux Logis (10 avenue du Vieux Logis à Villemoisson).

Marche nordique (9h30-11h) : Rendez-vous sur le parking du tir à l'arc à Longpont.

Mémoire en éveil (lundi : 10h30-12h et mercredi : 14h30-16h) : Salle "Belle Epoque" (RdC Bas) au Manoir du Vieux Logis (10 avenue du Vieux Logis à Villemoisson).

Pilates (10h-11h) : Salle de danse "Alvin Ailey" (RdC Haut) au Manoir du Vieux Logis (10 avenue du Vieux Logis à Villemoisson).

Piscine (9h50-10h35) : Route de Monthléry à Saint Michel sur Orge.

Randonnée : Rendez-vous au départ de la randonnée (covoiturage possible : rendez-vous sur le parking du COSEC parc des Erables à Villemoisson).

Self Défense (10h30-11h45) : Dojo, parking du Ludion rue des Gardes Messiers, à Villemoisson.

Taï Chi (9h-10h) : débutants : salle de danse "Alvin Ailey" (RdC Haut) au Manoir du Vieux Logis (10 avenue du Vieux Logis à Villemoisson) / confirmés : salle communale (36 Rue Marcel Girard à Villemoisson)

Taï Chi/sabre (14h-15h) : salle communale (36 Rue Marcel Girard à Villemoisson).

Tennis (10h-12h) : Tennis club d'Epinay : Rue du Breuil à Epinay sur Orge

Tennis de table (14h45-17h15) : Collège Blaise Pascal à Villemoisson, en face du Ludion.

Tir à l'arc : le lundi (10h-12h) : allée du Cèdre à Villemoisson (parking au fond de la rue de l'Orge) / le mercredi (18h30-21h) : gymnase du COSEC parc des Erables à Villemoisson

Yoga (jeudi : 14h15-15h30 et vendredi : 11h15-12h30) : Salle de danse "Alvin Ailey" (RdC Haut) au Manoir du Vieux Logis (10 avenue du Vieux Logis à Villemoisson).