

PROGRAMME FEVRIER

INSCRIPTION A PARTIR DE LUNDI 29 JANVIER

05 86 98 02 00

15 allée de la providence

86000 poitiers

atelierscordages18@gmail.com



MATIN DE 10H00 À 12H00

APRÈS-MIDI DE 14H À 16H30

SOIRÉE



Aquagym

10h00 en maillot de bain
à Cord'âges



Activité
physique
adaptée



Connaissance
du Monde
**Age de la Marche
St Jacques de
Compostelle**
14h00 à Cord'âges

Spectacle SONO IO
Transmission de père
en fils dans une famille
circassienne
18h30 à Cord'âges



Cuisine



Jeux
de société



Prévention
des chutes

TAP
THÉÂTRE
AUDITORIUM
POITIERS
SCÈNE
NATIONALE

PROGRAMME FEVRIER

05 86 98 02 00
15 allée de la providence
86000 poitiers
atelierscordages18@gmail.com



MATIN DE 10H00 À 12H00

APRÈS-MIDI DE 14H À 16H30

SOIRÉE

LUNDI 5



Gym douce



Visite des
salons de la
Mairie

MARDI 6



Atelier
de l'intime



Danse créative
17h00-18h30

MERCREDI 7



Marche
bien-être



Massage



Coiffure

JEUDI 8



Aquagym
10h00 en maillot de bain
à Cord'âges



Activité
physique
adaptée

VENDREDI 9



Cuisine



Golf



Yoga
sur chaise



Atelier chant

DIMANCHE 11



orchestre
de chambre
nouvelle-
aquitaine

14h00 - 16h00 Pause musicale aux ateliers Cord'âges
Duo clarinette et violoncelle

PROGRAMME FEVRIER

05 86 98 02 00
15 allée de la providence
86000 poitiers
atelierscordages18@gmail.com



MATIN DE 10H00 À 12H00

APRÈS-MIDI DE 14H À 16H30

SOIRÉE

LUNDI 12



Gym douce



Après-midi créatif

MARDI 13



Equipe au travail
Fermé au public

MERCREDI 14



Marche
bien-être

Activités bien-être :
massages, soins du
visage,
soins des mains.



JEUDI 15



Aquagym
10h00 en maillot de bain
à Cord'âges



Activité
physique
adaptée

VENDREDI 16



Cuisine



Yoga
sur chaise



Prévention
des chutes

PROGRAMME FEVRIER

05 86 98 02 00
15 allée de la providence
86000 poitiers
atelierscordages18@gmail.com



MATIN DE 10H00 À 12H00

APRÈS-MIDI DE 14H À 16H30

SOIRÉE

LUNDI 19



Gym douce



Après-midi créatif

MARDI 20



Equipe au travail
Fermé au public

MERCREDI 21



Marche
bien-être



Massages

JEUDI 22



Aquagym
10h00 en maillot de bain
à Cord'âges



Activité
physique
adaptée

VENDREDI 23



Cuisine



Golf



17h00-20h00
Jeux de société
Amener votre repas

PROGRAMME FEVRIER

05 86 98 02 00
15 allée de la providence
86000 poitiers
atelierscordages18@gmail.com



MATIN DE 10H00 À 12H00

APRÈS-MIDI DE 14H À 16H30

SOIRÉE

LUNDI 26



Gym douce



Danse créative
14h00-15h30



Jeux
de société

MARDI 27



Equipe au travail
Fermé au public

MERCREDI 28



Marche
bien-être



Massages



Coiffure

JEUDI 29



Aquagym
10h00 en maillot de bain
à Cord'âges



Activité
physique
adaptée