






Décembre 2022

Planning de l'Escale

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
28	29	30	1 Activité Physique Adaptée 10h30 - 12h00  Salle polyvalente Centre Ressources IHM	2	3	4
5	6	7	8 Activité Physique Adaptée 10h30 - 12h00  Salle polyvalente Centre Ressources IHM	9	10	11
12	13	14	15 Activité Physique Adaptée 10h30 - 12h00  Salle polyvalente Centre Ressources IHM	16 Repas de Noël Salle Manaoc Labenne  (voir affiche ci-joint)	17	18
19 SHIATSU* <i>séances individuelles</i> 9h30 ; 10h15 ; 11h ; 11h45 ; 13h45  Mince Alors ! 28 bd Jacques Duclos 40220 Tarnos	20	21	22 Activité Physique Adaptée 10h30 - 12h00  Salle polyvalente Centre Ressources IHM	23	24	25
26	27	28	29	30	31	1

* Participation de 5 euros par séance