

Le programme de la Casa

Facile

Moyen

Avancé

Matin

Après-midi

Soir

	LUNDI 19 JANVIER	MARDI 20 JANVIER	MERCREDI 21 JANVIER	JEUDI 22 JANVIER	VENDREDI 23 JANVIER	SAMEDI 24 JANVIER	DIMANCHE 25 JANVIER
	<p>09h00 – 10h00 </p> <p>Sport adapté Elise à l'Atelier</p> <p>10h00 – 11h00 </p> <p>Renforcement musculaire Hélène à l'Atelier</p>	<p>08h45 – 09h45 </p> <p>Gymnastique sur chaise Christophe à l'Atelier</p> <p>10h00 – 11h00 </p> <p>Gym Douce Myriam à l'Atelier</p> <p>11h00 – 12h00 </p> <p>Qi Gong Christophe à l'atelier</p>	<p>10h00 – 11h00 </p> <p>Pilates Myriam à l'Atelier</p>	<p>08h30 – 09h30 </p> <p>Sport adapté Hélène à l'Atelier</p> <p>09h30 – 10h30 </p> <p>Yoga Corinne à l'Atelier</p>	<p>10h00 – 11h00 </p> <p>Circuit Training Hélène à l'Atelier</p>	<p>10h00 – 11h30 </p> <p>Yoga Dance Stéphanie à l'Atelier</p> <p>11h15 – 12h15 </p> <p>Relaxation Myriam au Cinéma</p>	<p>11h00 – 12h00 </p> <p>Yin Yoga Didier à l'Atelier</p>
	DEJEUNER AU RESTAURANT DE 12H00 à 14H30						
	<p>14h00 – 15h30</p> <p>Théâtre Angélique à l'Atelier</p> <p>15h00</p> <p>Kaboul Kitchen 5 – 8 au cinéma</p> <p>16h00 – 17h00 </p> <p>Posture & équilibre Christophe à l'atelier</p>	<p>15h30 – 16h30</p> <p>Conférence : Yves - Saint - Laurent Alexane au Cinéma</p>	<p>15h30 – 16h30 </p> <p>Sport adapté Hélène à l'Atelier</p> <p>15h00</p> <p>Secret d'Histoire : Sissi Impératrice : amour, gloire et tragédie au Cinéma</p>	<p>13h30 – 14h30 </p> <p>Assouplissement Christophe à l'Atelier</p> <p>14h45 – 15h45 </p> <p>Gymnastique sur chaise Christophe à l'Atelier</p> <p>16h00 – 18h00</p> <p>Peinture et dessin Marie au salon de thé</p>	<p>15h00 – 16h30</p> <p>Naturopathie : Delphine : salon de thé</p>	<p>14h00</p> <p>Secret d'Histoire : Rosa Bonheur, la fée des animaux au Cinéma</p> <p>15h00</p> <p>Café-philô: Quand les histoires justifient l'Histoire Lucie au salon de thé</p>	 <p>13h00 Cinéma</p>
	<p>17h00</p> <p>L'amie prodigieuse au Cinéma</p> <p>17h30 – 18h30 </p> <p>Yoga Corinne à l'Atelier</p> <p>19h00 – 20h30 </p> <p>Dance en duo Marie-France à l'Atelier</p>	<p>17h00 – 18h00 </p> <p>Méditation sonore Christophe au Cinéma</p> <p>18h10</p>  <p>au Cinéma</p>	<p>17h00</p> <p>13 jours/13 nuits au Cinéma</p> <p>17h00 – 18h00 </p> <p>Médit / Qi Gong Christophe à l'Atelier</p> <p>18h30 – 19h40 </p> <p>Sweat Dance Stéphanie à l'Atelier</p>	<p>17h00</p> <p>L'irlandais au Cinéma</p> <p>18h00 – 19h30 </p> <p>Atelier Clip Dance Stéphanie à l'Atelier</p>	<p>17h00</p>  <p>au Cinéma</p> <p>17h30 – 18h30 </p> <p>Qi Gong Christophe à l'Atelier</p>	<p>17h00</p>  <p>au Cinéma</p>	<p>14h30</p> <p>activités</p> <p>15h00</p> <p>Le bureau des légendes au cinéma</p> <p>17h00</p> <p>Il a déjà tes yeux au Cinéma</p>
	DINER AU RESTAURANT DE 19H00 à 21H00						
	<p>20h15</p> <p>L'amie prodigieuse au Cinéma</p>	<p>20h15</p> <p>La petite au Cinéma</p>	<p>20h15</p> <p>13 jours/13 nuits au Cinéma</p>	 <p>L'Irlandais 20h15 au Cinéma</p>	<p>20h15</p> <p>Décision to leave au Cinéma</p>	<p>20h15</p> <p>Coluche au Cinéma</p> <p>Petit Bac Marine : salon de thé</p>	<p>20h15</p>  <p>IL A DÉJÀ TES YEUX au Cinéma</p>