

ACTIVITES ADULTES

JEUX SENIORS	GYM METAMORPHOSE Activités séniors / Loto / Bibliothèque	Lundi 13h30 - 16h45	04 88 86 69 26 06 18 97 55 50
	ENERGIE SOLIDAIRE 13 Activités séniors	Mardi / Jeudi 13h30 - 16h45	04 91 04 78 00 06 24 86 71 63
INFORMATIQUE	VULGARISONS L'INFORMATIQUE	Mardi / Jeudi 9h30 - 12h30	06 05 35 01 83
MUSIQUE	FA SOL DO Guitare	Mercredi 16h30 - 17h30	06 30 36 02 42
EXPRESSION ARTISTIQUE	GYM METAMORPHOSE Peinture	Vendredi 14h00 - 17h00	06 18 97 55 50 06 08 71 72 12
GYMNASTIQUE	GYM METAMORPHOSE Adultes	Lundi 18h00 - 20h00 Mardi 9h00 - 10h00 / 10h30 - 11h30 Mercredi 18h30 - 19h30 Jeudi 8h45 - 9h45 Vendredi 10h15 - 11h15 / 18h30 - 19h30	06 18 97 55 50
SPORT	GR ST TRONC Regroupement avant le départ en randonnée	Lundi 8h45 - 9h00	06 70 07 53 76
DANSE	YEREVAN DANSE STUDIO Danses arméniennes (modern, zumba, folklorique)	Mardi 17h00 - 20h00 Samedi 15h30 - 18h30	06 98 60 17 17
DETENTE	TISSER LES FILS DU YOGA Yoga (adultes)	Jeudi 10h15 - 11h30 / 11h45 - 13h00	06 82 91 32 62
	L'EFFET QI GONG Adultes Qi Gong	Mardi 14h30 - 15h30	06 28 47 48 52
COUTURE	CIQ SAINT-TRONC Couture, broderie, tricot	1 ^e et 3 ^e samedis 15h00 - 17h00	07 86 18 19 67

ACTIVITES ENFANTS

THEATRE	AU FIL DE L'AME Théâtre	Mercredi Enfants 13h45 - 15h15 Ados 15h15 - 17h15	06 10 90 29 97 06 12 70 42 55
LANGUE	PERSPECTIVES Russe	Mercredi 10h00 - 12h00 Samedi 9h00 - 15h00	04 91 75 01 92 06 21 55 35 76 06 18 91 05 21
MUSIQUE	FA SOL DO Guitare	Mercredi 16h30 - 17h30	06 30 36 02 42
SOCIAL	IFAC PACA Relais des Assistantes Maternelles Capelette	Vendredi 9h00 - 12h30	04 91 34 19 25 06 24 02 37 29
	LES PITCHOUNS DE SAINT TRONC (assistantes maternelles)	Lundi / Mercredi 9h30 - 11h30	06 15 83 47 16 Mme Mazzoni

DANS LES LOCAUX

- Activités organisées par la mairie des 9/10 - Tél. 04 91 74 18 14

* Atelier mémoire : jeudi 10h00 - 11h00

* Jeux de société : mercredi 14h00 - 16h30

- CIQ St Tronc - Tél. 07 86 18 19 67

* 4^e mardi du mois 18h30 - 20h30

* 2^e jeudi du mois 17h30 - 18h30

- CIQ Vallon de Toulouse Regny - Tel. 06 49 30 96 54

* 2^e mercredi du mois 18h30 - 20h00