

À venir

1er Février

Sortie familiale à La Rochelle au  
Cirque Arlette Gruss

8 Février

Loto au palais des congrès  
14h-19h

22 Février

Sortie Jeunesse

[www.primevere-lesson.com](http://www.primevere-lesson.com)

5 Avenue de la Fosse aux Mâts  
17300 Rochefort  
05 79 97 97 30

LUOTHEQUE «Les Fées du jeu»  
16 allée Dugay-Trouin 17300 Rochefort

EN PARTENARIAT AVEC



# Janvier

## Programme d'activités



Primevere  
**LESSON**  
CENTRE SOCIOCULTUREL

## Lundi 6 Janvier



Couture  
14h-17h30

## Mardi 7 Janvier



Marche  
10h-12h30



Croquis sur le vif (informations auprès de Nadège)  
10h-12h



Atelier Créatif  
14h-17h

## Mercredi 8 Janvier



Malle aux trésors  
14h-17h

## Jeudi 9 Janvier



Z'Abeilles  
9h30/12h00



Gym douce  
11h-12h



Sortie adultes au bowling  
14h-17h



Jardinez' Santé  
13h30-15h30



Réunion projet jeux  
14h30



Chauffe-Citron  
15h-17h



Pilates (inscriptions auprès d'Isabelle)  
10h-11h / 18h30-19h30 / 19h30-20h30

## Vendredi 10 Janvier



Vélo  
14h30-16h30



Z'Abeilles  
9h30-12h00



Yoga Séniors  
15h-16h30



Yoga Vinyasa  
18h30-19h30



Concert sandwich à la Coupe d'Or  
12h-14h

## Lundi 13 Janvier



Couture  
14h-17h30

## Mardi 14 Janvier



Marche  
10h-12h30



Croquis sur le vif (informations auprès de Nadège)  
10h-12h



Atelier Créatif  
14h-17h

## Mercredi 15 Janvier



Malle aux trésors  
14h-17h

## Jeudi 16 Janvier



Atelier coiffure  
9h-17h



Z'Abeilles  
9h30/12h00



Gym Douce  
11h-12h



Table d'hôtes  
12h-14h



Jardinez' Santé  
13h30-15h30



Chauffe-Citron  
15h-17h



Pilates (inscriptions auprès d'Isabelle)  
10h-11h / 18h30-19h30 / 19h30-20h30

## Vendredi 17 Janvier



Z'Abeilles  
9h30-12h00



Vélo  
14h30-16h30



Atelier Sophrologie  
14h00-15h30



Atelier coiffure répit parental  
14h-18h



Yoga Séniors  
15h-16h30



Yoga Vinyasa  
18h30-19h30

## Lundi 20 Janvier



Couture  
14h-17h30

## Mardi 21 Janvier



Marche  
10h-12h30



Croquis sur le vif  
10h-12h



Atelier Créatif  
14h-17h

## Mercredi 22 Janvier



Malle aux trésors  
14h-17h

## Jeudi 23 Janvier



Z'Abeilles  
9h30/12h00



Gym Douce  
11h-12h



Jardinez' Santé  
13h30-15h30



Chauffe-Citron  
15h-17h



Pilates (inscriptions auprès d'Isabelle)  
10h-11h / 18h30-19h30 / 19h30-20h30

## Vendredi 24 Janvier



Z'Abeilles  
9h30-12h00



Vélo  
14h30-16h30



Atelier massage plantaire  
14h00-18h00



Atelier coiffure répit parental  
14h00-18h00



Yoga Vinyasa  
18h30-19h30

## Lundi 27 Janvier



Grande sortie : Blaye  
9h-16h



Couture  
14h-17h30

## Mardi 28 Janvier



Marche  
10h-12h30



Croquis sur le vif  
10h-12h



Atelier Créatif  
14h-17h

## Mercredi 29 Janvier



Malle aux trésors  
14h-17h

## Jeudi 30 Janvier



Z'Abeilles  
9h30/12h00



Gym Douce  
11h-12h



Jardinez' Santé  
13h30-15h30



Chauffe-Citron  
15h-17h



Pilates (inscriptions auprès d'Isabelle)  
10h-11h / 18h30-19h30 / 19h30-20h30

## Vendredi 31 Janvier



Z'Abeilles  
9h30-12h00



Atelier parentalité  
9h30-11h00



Vélo  
14h30-16h30



Atelier massage plantaire  
14h00-18h00



Atelier coiffure répit parental  
14h00-18h00



Yoga Vinyasa  
18h30-19h30

Lundi 16 Décembre

Mardi 17 Décembre

Mercredi 18 Décembre

Jeudi 19 Décembre

Vendredi 20 Décembre

Sortie Famille 

Marche 

Croquis 

Atelier Créatif 

Z'abeilles 

Pilates 

Chauffe Citron 

Jardinez' Santé 

Coiffure 

Marche active 

Gym Douce 

Table d'hôte 

Sorties Adultes 

Vélo 

Yoga 

Couture 