

Planning mars 2022



mardi	1	9h45-10h45 OU 11h-12h	Sport Santé	Salle des fêtes de VARACIEUX assolbe@yahoo.com
		17h45 - OU 18h45 /19h - 20h	pilates	Salle des fêtes de VARACIEUX assolbe@yahoo.com
mercredi	2	14h15-15h30	yoga méditation	st vérand Florence Vitry 06.60.04.16.84
		10h30-11h45	Chant	06 09 01 07 56 -lbriset@yahoo.fr salle st verand
jeudi	3	18h - 19h	Aviron Rose	06 38 28 57 70 - alain.menant@orange.fr
vendredi	4			
mardi	8	9h45-10h45 OU 11h-12h	Sport Santé	Salle des fêtes de VARACIEUX assolbe@yahoo.com
		14h -15h/ OU 17h45 - OU 18h45 /19h - 20h	pilates	
mercredi	9			
		14h15-15h30	yoga méditation	chevrières Florence Vitry 06.60.04.16.84
jeudi	10	18h - 19h	Aviron Rose	06 38 28 57 70 - alain.menant@orange.fr
vendredi	11			
mardi	15	9h45-10h45 OU 11h-12h	Sport Santé	Salle des fêtes de VARACIEUX assolbe@yahoo.com
		14h -15h/ OU 17h45 - OU 18h45 /19h - 20h	pilates	
mercredi	16	14h15-15h30	yoga méditation	chevrières Florence Vitry 06.60.04.16.84
		10h30-11h45	Chant	06 09 01 07 56 -lbriset@yahoo.fr salle st verand
		19h	AG	salle des fêtes st hilaire du rosier village, vers Eglise
jeudi	17	18h - 19h	Aviron Rose	06 38 28 57 70 - alain.menant@orange.fr
vendredi	18	13h30- 17h	MARCHE	04 76 38 30 77 mayousse.jeanine@orange.fr de St vérand sur le plateau de Rossat
		9h45-10h45 OU 11h-12h	Sport Santé	

mardi	22	14h -15h/ OU 17h45 - OU 18h45 /19h - 20h	pilates	Salle des fêtes de VARACIEUX assolbe@yahoo.com
mercredi	23	10h30-11h45	Chant	06 09 01 07 56 -lbriset@yahoo.fr salle st verand
		14h-15h30	groupe de paroles	06 86 80 56 93 - guerry.catherine@wanadoo.fr salle st vérand
		14h15-15h30	yoga méditation	
jeudi	24	18h - 19h	Aviron Rose	06 38 28 57 70 - alain.menant@orange.fr
vendredi	25	13h30- 17h	MARCHE	04 76 38 30 77 mayousse.jeanine@orange.fr VARACIEUX
mardi	29	9h45-10h45 OU 11h-12h	Sport Santé	Salle des fêtes de VARACIEUX assolbe@yahoo.com
		14h -15h/ OU 17h45 - OU 18h45 /19h - 20h	pilates	
mercredi	30	14h15-15h30	yoga méditation	chevrières Florence Vitry 06.60.04.16.84
jeudi	31	18h - 19h	Aviron Rose	06 38 28 57 70 - alain.menant@orange.fr

Votre adhésion à l'association AVECC vous donne accès, **sans supplément financier**,

Si vous êtes atteintes du cancer ou en rémission à tous nos ateliers
si vous êtes accompagnants à nos ateliers collectifs uniquement

Laurence BRISET : Chant 06 09 01 07 56 lbriset@yahoo.fr (atelier collectif) st vérand

Nadège GUILLERMET : 06 06 50 67 31 Accompagnatrice au mieux-être Kinésiologue -Energéticienne
 Site internet : <http://www.nadegeguillermet.fr>
 Page: https://www.facebook.com/nadegeguillermet.therapieenergetique?fref=pb&hc_location=friends_tab
 (atelier individuel)

Cécile JACOB Kinésiologue: 04 76 38 07 04 Chemin de Foncemanen St Vérand
 cecile.ja@wanadoo.fr

Patricia VEHIER : 06 10 42 41 90 patricia.vehier38@gmail.com Réflexologie plantaire, naturothérapie
 (atelier individuel)

Justine DOMINGUES : 07 61 26 46 60 - diététique (atelier individuel)

Magnétiseur : GREG à St Romans 07 82 96 38 74 (atelier inidividuel)

massage : institut l'Angeline à Chatte 04 76 36 69 40 (atelier individuel)

Groupe de parole guerry.catherine@wanadoo.fr 06 86 80 56 93 (atelier collectif) st vérand

Christelle BLANC : Sport Santé Vous vous rendez à Salle des fêtes de St Vérand
NOUVEAU pilates : 3 horaires les mardis - 14h -15h/ 17h45 - 18h45 /19h -20h groupe pour les actifs et les pratiquants habitués(atelier collectif)

les pratiquants habituels (atelier collectif)

Activités physique adaptée: Mardi 9h45 10h45/ Mardi 11h 12h (atelier collectif) Varacieux

Sébastien BIETRIX : **LOISIRS CRÉATIFS - 06 86 26 81 97** (atelier collectif) en stand by

MARCHE : le premier et le troisième vendredi de chaque mois SAUF modification amicale laïque - rendez vous au parking du **Diapason**

à St Marcellin contact : jeanine.mayousse@orange.fr (atelier collectif)

AVIRON : animé par Alain les jeudis de 18H à 20H au 3 rue de l'ancien Pont - 38840 - la Sône

Inscription auprès d'Alain alain.menant@orange.fr conditions : être à jour de la cotisation à l'aviron

Réservé aux personnes atteintes du cancer du sein ou en rémission

Notre Facebook <https://www.facebook.com/asso.AVECC/>

