

Planning MARS 2023



Jours	date	Horaires	Ateliers	Contacts pour prévenir de votre participation
mercredi	1	14h15-15h30	yoga doux méditation	st vérand FloreVitry 06.60.04.16.84
		15h15-16h55	Atelier Chant	St Vérand - Mary Hoste 07.86.64.03.10
jeudi	2	18h - 19h30	Aviron Rose	06 38 28 57 70 - alain.menant@orange.fr
vendredi	3	13h30 - 17h	marche	Marceline 06 42 91 10 17 départ 13h30 sur le parking du Diapason à confirmer
mardi	7	9h45-10h45 OU 11h-12h	Sport Santé	Salle des fêtes de st vérand assolbe@yahoo.com
		14h -15h/ OU 17h45 - 18h45 OU 19h -20h	pilates	Salle des fêtes de st vérand assolbe@yahoo.com
mercredi	8	14h15-15h30	yoga doux méditation	st vérand Flore Vitry 06.60.04.16.84
jeudi	9	18h - 19h30	Aviron Rose	06 38 28 57 70 - alain.menant@orange.fr
vendredi	10	13-30- 17h	marche	Jeanine 06 32 05 50 47 départ 13h30 sur le parking du Diapason à confirmer
mardi	14	9h45-10h45 OU 11h-12h	Sport Santé	Salle des fêtes de st vérand assolbe@yahoo.com
		14h -15h/ OU 17h45 - 18h45 OU 19h -20h	pilates	Salle des fêtes de st vérand assolbe@yahoo.com
mercredi	15	14h15-15h30	yoga doux méditation	st vérand FloreVitry 06.60.04.16.84
		15h15-16h55	Atelier Chant	St Vérand - Mary Hoste 07.86.64.03.10
jeudi	16	18h - 19h30	Aviron Rose	06 38 28 57 70 - alain.menant@orange.fr
vendredi	17	13-30- 17h	marche	Jeanine 06 32 05 50 47 départ 13h30 sur le parking du Diapason à confirmer
mardi	21	9h45-10h45 OU 11h-12h	Sport Santé	Salle des fêtes de st vérand assolbe@yahoo.com
		14h -15h/ OU 17h45 - 18h45 OU 19h -20h	pilates	Salle des fêtes de st vérand assolbe@yahoo.com
mercredi	22	14h15-15h30	yoga doux méditation	st vérand FloreVitry 06.60.04.16.84
jeudi	23	18h - 19h30	Aviron Rose	06 38 28 57 70 - alain.menant@orange.fr
mardi	28	9h45-10h45 OU 11h-12h	Sport Santé	Salle des fêtes de st vérand assolbe@yahoo.com
		14h -15h/ OU 17h45 - 18h45 OU 19h -20h	pilates	Salle des fêtes de st vérand assolbe@yahoo.com
mercredi	29	14h15-15h30	yoga doux méditation	st vérand FloreVitry 06.60.04.16.84
		15h15-16h55	Atelier Chant	St Vérand - Mary Hoste 07.86.64.03.10
		14h-16h	ART THERAPIE	sur VINAY, s'inscrire minimum 48 à l'avance sur guerry.catherine@wanadoo.fr
jeudi	30	18h - 19h30	Aviron Rose	06 38 28 57 70 - alain.menant@orange.fr
vendredi	31	13-30- 17h	marche	Jeanine 06 32 05 50 47 départ 13h30 sur le parking du Diapason à confirmer

Votre adhésion à l'association AVECC vous donne accès, **sans supplément financier (sauf aviron)**

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

Laurène Durckel - 06.62.85.20.49 - REIKI - Laurène Accompagnement & Soins, Bien-Être

38160 SAINT-MARCELLIN

(atelier individuel)

Atelier Chant : Mary HOSTE 07.86.64.03.10

Mairie de St Vérand

hoste.mary@wanadoo.fr

Nadège GUILLERMET : 06 06 50 67 31 Accompagnatrice au mieux-être Kinésologue -Energéticienne

Site internet : <http://www.facebook.com/nadegeguillermet>.therapieenergetique

Page: <https://www.nadegeguillermet.fr/>

(atelier individuel)

Cécile JACOB 04 76 38 07 04 - Kinésologue

Chemin de Foncemanen St Vérand

cecile.ja@wanadoo.fr

<https://www.cecilejacob-kinesiologue.fr/>

(atelier individuel)

Justine DOMINGUES : 07 61 26 46 60 - Diététicienne

4 Rue des Remparts, 38160 Saint-Marcellin

(atelier individuel)

GREG -07 82 96 38 74 Magnétiseur

11 rue des lavandières

à St Romans

<https://www.facebook.com/cgmagnetiseur.greg/>

(atelier individuel)

Institut l'Angeline -04 76 36 69 40 - Massages

49 Place de la bascule

38160 Chatte

(atelier individuel)

Groupe de parole 06 86 80 56 93 - Mairie de st vérand

contact : guerry.catherine@wanadoo.fr

(atelier collectif minimum 3 personnes) animé par Elisabeth ABRIC psychologue

Sport Santé Christelle BLANC - 06 26 61 18 71 - à Salle des fêtes de St Vérand

Daniel BLANC 06 14 34 61 19

pilates : mardi - 14h -15h/ 17h45 - 18h45 /19h -20h groupe pour les actifs et les pratiquants habitués

(atelier collectif)

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

à la Salle des Fêtes de St Vérand

YOGA doux méditation : Mercredi 14h15-15h30 - Flore Vitry 06.60.04.16.84 à St Vérand.

ARTHERAPIE - Michèle Dumas

contact Catherine GUERRY 06 86 80 56 93

guerry.catherine@wanadoo.fr

11 rue du 8 mai 1945 - Pomerol 2 - 38470 vinay

(atelier collectif)

MARCHE : Jeanine de l'amicale laïque - 06 32 05 50 47

rendez vous au parking du Diapason à St Marcellin

jeanine.mayousse@orange.fr (atelier collectif)

AVIRON : animé par une prof APA 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/>