




Marches du mardi	Aquagym	Langues étrangères
<p>1. Découverte du Gard et de son histoire à pied. (certaines sorties seront ciblées sur les Oppida). (10- 12kms) Pascale Morin (06 26 89 88 51)</p> <p><u>Rdv départ précis :</u></p> <p>■ mardi 11 : Miallet : 9h30 – Pk Goélands</p> <p>Chaussures de marche obligatoires + eau.</p>	<p>Aquagym - Piscine des Iris Participation forfaitaire par an : Maître Nageur 70€ et entrée piscine 60€ Responsable de coordination Claude Viala</p> <ul style="list-style-type: none"> ● mercredi cours 1 : 11h30 - 12h30 <p>Claude Viala (06 45 81 56 76)</p> <ul style="list-style-type: none"> ● mercredi cours 2 : 12h30 - 13h30 <p>Gabriele Padberg Jeanjean (06 13 99 76 16)</p>	<p>Conversation anglaise </p> <p>■ Jacqueline Trucchi (06 85 62 58 84) Conversation anglaise (10 pers.) 1^{er} et 3^e lundi 15h00 - 16h30 lundi 24 juin Petite salle AVF</p> <hr/> <p>■ Marie France Narula (06 08 94 85 55) Initiation à l'anglais (8 pers. maxi) 1^{er} et 3^e mercredi 10h-11h30 mercredi 5 juin Petite salle AVF</p> <hr/> <p>■ Alison Webb (06 32 34 27 87) Conversation anglaise (8 pers. maxi) 1^{er} vendredi 17h15-18h45 vendredi 7 juin</p> <p style="text-align: right;">Grande salle AVF</p> <hr/> <p>■ Mme Gabriel Grillet (06 76 06 90 88) Conversation anglaise (10 pers.) 2^{ième} et 4^{ième} vendredi 17h15 - 19h vendredi 14 et 28 juin Changement d'horaire 17h15 Grande salle AVF</p> <hr/> <p>Conversation espagnole : 1^{er} et 3^e mardi</p> <p>■ Claude Robledo (06 73 11 57 89)  10h-12 h mardi 18 juin (maxi 14 pers.) pratique de l'oral</p> <p style="text-align: right;">Grande salle AVF</p> <hr/> <p>Conversation allemande : 1 mardi sur 2</p> <p>■ Gabriele PadbergJeanjean (06 13 99 76 16)  18h-19h30 : mardi 11 et 25 juin</p> <p style="text-align: right;">Petite salle AVF</p> <hr/> <p>Conversation Italienne : 2^{ième} et 4^{ième} lundi </p> <p>■ Véronique Leclerc (06 86 77 44 73) 14h30 – 16h lundi 10 et 24 juin</p> <p style="text-align: right;">Grande salle AVF</p>
<p>Marches du jeudi</p> <p>2. Marches à difficulté moyenne (7 - 10kms) Michel Fichaux (06 02 32 38 59) <u>Rdv départ : 13h30 précise</u></p> <p>■ pas de marches en juin Station Goélands. bus 14. rte de Sauve, ou Costières</p> <p>Chaussures de marche obligatoires + eau.</p>	<p>Danser</p> <p>Danser en ligne (rock, mambo, country...) Chantal Barthel samedi : 9h30-11h30</p> <p style="text-align: right;"> Grande salle AVF</p>	
<p>Marches et croquis</p> <p>Anny et René de la Fouchardière proposent des marches de 7 à 10 kms à la journée avec « arrêts croquis » pour apprendre à croquer sur le motif, afin de se projeter dans l'optique d'un carnet de voyage : 4 et 25 juin (pour chaque sortie le groupe sera limité à 10) A chaque sortie s'inscrire (impératif) auprès d'Anny et René (06 83 86 60 56) (qui préciseront les détails)</p>	<p>Détente et Bien-être</p> <p>Sophrologie Katia Sauvignon (06 03 79 10 52) Michèle Fabry (06 26 33 13 83) Mardi : 10h30-11h30 4-11-18-25 juin Maison des associations salle 2</p> <hr/> <p>Yoga (maximum 25 participants) sauf vacances Madhavi (06 44 08 42 92) jeudi de 10h15-11h45 -Tapis personnel exigé Centre Pablo Neruda</p> <hr/> <p>Entre gym et Yoga Marie Claire Bigué (07 68 51 47 39) jeudi de 9h15 à 10h15 (maxi 10 pers)</p> <hr/> <p>Gymnastique musculaire et posturale Marie Claire Bigué (07 68 51 47 39) (maxi 10 pers) Vendredi : 1^{er} 9h15-10h15 et 2^e 10h30-11h30 Grande salle AVF</p> <hr/> <p>Danse-gym-musique douce Gloria Roa Britanni (maxi 10 pers) A partir d'octobre 2024 Jeudi 3 groupes : 9h30-10h15/10h15-11h/11h-11h45 Grande salle AVF</p>	
<p>Balade de Claudia</p> <p>Balade de 5 kms maximum du jeudi Claudia Camatte (06 09 38 09 81) Robert Panicucci (06 01 09 44 74)</p> <p>■ Claudia sera absente tout le mois de juin suite à un problème de santé.</p>		
Juin 2024		
<p>Vendredi 7 juin Sortie à PALAVAS Déjeuner au restaurant « Le Riva » Promenade en mer commentée ou visite musée Dubout (voir affichette - inscription auprès des accueillantes) Elisabeth Jockers (06 76 82 20 75)</p>	<p>Samedi 15 juin à 17h30 Bibliothèque vivante 4 histoires en public suivies du pot de l'amitié (voir affichette et s'inscrire auprès des accueillantes) A la cave du presbytère, au Pin (après Uzès) Annie Pincemaille (06 62 37 13 10)</p>	<p>Samedi 15 juin à 15h « La Méditerranée, témoin de l'évolution humaine » La 8^{ième} croisade - Le Purgatoire – Les Angevins en Sicile Marco Polo - Fin des états Francs Chantal Barthel</p>
Juillet - Août 2024		
<p>L'AVF VOUS SOUHAITE DE BONNES VACANCES </p>		
<p>Pour toutes ces activités : Inscription à l'accueil AVF. Les exposés ont lieu dans la grande salle AVF Adresse des lieux extérieurs ■ Centre Pablo Neruda : 1 place Hubert Rouger ■ Piscine des Iris : Rue Eloy Vincent ■ Maison des Associations 2 imp. Jean Macé</p>		

Avec le soutien de la Ville de Nîmes

