

## COURSE A PIED

Lundi, mercredi et vendredi  
19h 17h30



## PILATES

## BRODERIE

Vendredi  
14h30



Lundi ou Vendredi  
10h30 19h30

## GYM

Mardi ou Vendredi  
10h 18h30



## ZUMBA



Mardi  
19h

## YOGA

Mercredi  
18h



## PAPOTE COUTURE



Lundi à partir de 20h

## ENCADREMENT

Jeudi  
14h



## DESSIN



Jeudi  
18h30

## ATELIERS INFORMATIQUES

Niveaux intermédiaires  
et débutants



## ADULTES

## ACTIVITES 2021 / 2022



ASSOCIATION  
D'AMBIERLE

Relais Familles 8 pl. Lancelot

rf\_ambierle@famillesrurales42.org 04 77 65 60 50



<https://www.famillesrurales.org/ambierle>