

# ACTIVITÉS TOUT PUBLIC

## SAISON 2022-2023

Reprise des cours la semaine du 12 septembre 2022  
(le mercredi 21 septembre pour l'éveil corporel et le 5 octobre pour le café littéraire)

**Eveil corporel**  
(pour les 3/6 ans)  
Avec Anita

Mercredi : 10h00-11h00  
Au complexe sportif (dojo)  
100€/an




**Yoga**  
Avec Stéphane  
Jeudi: 18h30-19h30  
A la salle communale (sous la mairie)  
180€/an




**Rencontres littéraires**  
Avec Patrick

Mercredi : 18h00-19h30  
A la salle mutualisée de la médiathèque  
18€/an




**Sophrologie**  
Avec Janick  
Lundi : 19h00-20h00  
A la maison des jeunes  
160€/an




**Ruban et motricité**  
(pour les 6/9 ans)  
Avec Amandine

Mardi : 18h00-19h00  
Au complexe sportif (dojo)  
100€/an



**Gym Forme**  
Avec Vanessa  
Lundi : 9h00-10h00

**Gym douce**  
Avec Vanessa  
Jeudi : 10h30 à 11h30  
Au complexe sportif (dojo)  
98€/an




**Pilate**  
Avec Vanessa

Mardi : 10h30-11h30  
Au complexe sportif (dojo)  
130€/an



Au coût de l'activité s'ajoute **la carte d'adhésion annuelle et familiale de 28€15**  
**Inscription et renseignement** : 615 rue Saint-Laurent Urville-Nacqueville 50460 La Hague  
Par téléphone : 02 33 78 82 53, par mail : [activites-tout-public.urville@famillesrurales.org](mailto:activites-tout-public.urville@famillesrurales.org)