



# MA SEMAINE À PONT-ROUGE

2023-2024

Lundi

• • •

**Café couture** (14h-17h, espace quartier)

**Zumba** (18h-19h, HEPS Adret)

**Unihockey** (18h-20h, salle de gym)

**Pilates** (19h-20h, espace quartier)



Mardi

• • •

**Danse impro.** (9h30-11h, espace quartier)

**Accueil libre enfants** (16h-18h, salle polyvalente école)

**Multi-sports** (19h-21h, salle de gym)

Mercredi

• • •

**Qi-Gong** (9h-10h, HEPS Adret)

**Sport pour tous** (12h-13h30, salle de gym)

**Basket** (13h30-18h, salle de gym)

**Accueil libre enfants** (14h-18h, salle polyvalente école)

**Marché de Pont-Rouge** (16h-20h)

**Cours de français** (18h-19h, espace quartier)

Jeudi

• • •

**Maison en couleurs** (9h-11h, salle polyvalente école)

**Initiation aquarelle** (9h30-11h30, HEPS Adret)

**Accueil libre enfants** (16h-18h, salle polyvalente école)

**Danse rock** (18h-22h, salle de gym)

Vendredi

• • •

**Yoga** (9h-10h, HEPS Adret)

**Accueil libre enfants** (16h-18h, salle polyvalente école)

**Accueil libre ados** (18h-21h, salle polyvalente école)

**Danse rock** (18h-22h, salle de gym)

