



AGENDA

Début des activités et des initiatives des habitants - Lundi 18 septembre

ANGLAIS

Lundis de 18h30 à 20h00 – Espace Boéro à Moûtiers

YOGA

Lundis de 16h00 à 17h30 et de 17h45 à 19h15 – Salle des fêtes à Moûtiers

Lundis de 19h45 à 21h15 – Salle des fêtes à Villard du Planay

Mardis de 16h30 à 18h00 et de 18h30 à 20h00 – Salle des fêtes à Le Bois

Mercredis de 18h15 à 19h45 – Salle polyvalente à Les Allues

VOICI LES DIFFERENTES INITIATIVES DES HABITANTS :

ATELIER COUTURE « DE FIL EN AIGUILLE, LE BONHEUR EST FAIT MAISON »

Mardi de 14h00 à 16h30 au sein des locaux de l'AACM,

ATELIER TRICOT « UNE MAILLE A L'ENVERS, UNE MAILLE A L'ENDROIT, LA CONVIVIALITE SE TRICOTE »

Jeudi de 14h00 à 16h30 au sein des locaux de l'AACM

ATELIER PATCHWORK

Jeudi de 13h30 à 16h30 - Espace Boéro à Moûtiers

« La créativité est contagieuse, faites la tourner »

ATELIER BIEN-ÊTRE « CERCLES DES MAINS » - NOUVEAU – « DETENTE ET BIEN-ÊTRE A TRAVERS LE CONTACT DES MAINS SUR LE CORPS »

Chaque premier jeudi du mois, de 9h00 à 12h00

Séance de 45 minutes, sur inscription, à partir du 7 septembre

MARCHE NORDIQUE (40€ / TRIMESTRE)

A PARTIR DU 21 SEPTEMBRE,

Maintien en forme : Jeudi, de 9h00 à 10h30

Remise en forme : Jeudi, 14h00 à 15h30

Les groupes de marche nordique est une occasion d'apprendre une nouvelle activité et de découvrir la marche d'une autre manière et sans oublier la marche, une randonnée est proposée chaque semaine (voir programme mensuel diffusé par l'AACM)

Pour plus de renseignements, et inscriptions, contactez l'AACM :

Moûtiers - Grande-Aigueblanche

70 rue du Pain de Mai

73600 MOUTIERS

04.79.00.08.35

accueil@aacm-moutiers.fr