

NOM : Prénom :

Date :

LES ACTIVITÉS DU CLUB					
Hôpital de Lodève					
Cardio-training	Lundi :	Jeudi :	Gymnastique	Lundi	Jeudi
Hôpital de Clermont-l'Hérault					
Cardio-training	Lundi :	Jeudi :	Gymnastique	Lundi	Jeudi
Diététique	2^{ème} mardi du Mois		Atelier paroles	3^{ème} mardi du mois	
Qi-cong	1^{er} & 3^{ème} vendredi du mois		Sophrologie	2^{ème} vendredi du mois	
GESTES QUI SAUVENT 4 ^{ème} vendredi de chaque mois			Atelier chant	le deuxième et le quatrième mardi du mois.	
AQUAGYM – CENTRE NAUTIQUE CLERMONTAIS					
Chaque mardi matin 09 : 30 – 10 : 30			Chaque vendredi matin 09 : 30 – 10 : 30		
ACTIVITÉS EXTERIEURES					
RANDONNEES Chaque mercredi Suivant saison : matin ou après-midi			MARCHE DE SANTE Chaque lundi ou jeudi matin Suivant saison : matin ou après-midi		

Par une croix, merci d'indiquer vos choix d'activité ou donnez votre choix par SMS au