

# Force et forme au quotidien

## SAINT APOLLINAIRE

Animateur : KEVIN FRASES



Contact : FAPA SENIORS 21 - 03.80.30.07.81

\*Les horaires indiqués sont les horaires des séances. Pour la réservation de la salle, merci de prendre en compte 30 min supplémentaires avant et après chaque séance.

Présentation	<b>mardi 7 novembre 2023</b>	→	<b>09H30 - 11H00</b>
Entretiens individuels <i>30 min par personne, sur rendez-vous</i>	<b>jeudi 9 novembre 2023</b>	→	<b>9H00-12H00</b>
Entretiens individuels <i>30 min par personne, sur rendez-vous</i>	<b>mardi 14 novembre 2023</b>	→	<b>9H00-12H00</b>
Séance 1	<b>jeudi 16 novembre 2023</b>	→	<b>09H30 - 11H00</b>
Séance 2	<b>mardi 21 novembre 2023</b>	→	<b>09H30 - 11H00</b>
Séance 3	<b>jeudi 23 novembre 2023</b>	→	<b>09H30 - 11H00</b>
Séance 4	<b>mardi 28 novembre 2023</b>	→	<b>09H30 - 11H00</b>
Séance 5	<b>jeudi 30 novembre 2023</b>	→	<b>09H30 - 11H00</b>
Séance 6	<b>mardi 5 décembre 2023</b>	→	<b>09H30 - 11H00</b>
Séance 7	<b>jeudi 7 décembre 2023</b>	→	<b>09H30 - 11H00</b>
Séance 8	<b>mardi 12 décembre 2023</b>	→	<b>09H30 - 11H00</b>
Séance 9	<b>jeudi 14 décembre 2023</b>	→	<b>09H30 - 11H00</b>
Séance 10	<b>mardi 19 décembre 2023</b>	→	<b>09H30 - 11H00</b>
Séance 11	<b>jeudi 21 décembre 2023</b>	→	<b>09H30 - 11H00</b>
Séance 12	<b>mardi 9 janvier 2024</b>	→	<b>09H30 - 11H00</b>
Entretiens individuels <i>30 min par personne, sur rendez-vous</i>	<b>jeudi 11 janvier 2024</b>	→	<b>9H00-12H00</b>
Entretiens individuels <i>30 min par personne, sur rendez-vous</i>	<b>mardi 16 janvier 2024</b>	→	<b>9H00-12H00</b>
Bilan	<b>mardi 20 février 2024</b>	→	<b>09H30 - 11H00</b>

### Salle :

salle Arnaud BONIN - 145 rue de Moirey - 21850 SAINT APOLLINAIRE