

# Force et forme au quotidien

## Longvic

Animateur : kévin 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>lundi 4 novembre 2024</b>	→	14h15 - 15h45
Entretiens individuels <i>30 min par personne, sur rendez-vous</i>	<b>jeudi 7 novembre 2024</b>	→	<b>13h30 - 16h30</b>
Entretiens individuels <i>30 min par personne, sur rendez-vous</i>	<b>jeudi 14 novembre 2024</b>	→	<b>13h30 - 16h30</b>
Séance 1	<b>lundi 18 novembre 2024</b>	→	14h15 - 15h45
Séance 2	<b>jeudi 21 novembre 2024</b>	→	14h15 - 15h45
Séance 3	<b>lundi 25 novembre 2024</b>	→	14h15 - 15h45
Séance 4	<b>jeudi 28 novembre 2024</b>	→	14h15 - 15h45
Séance 5	<b>lundi 2 décembre 2024</b>	→	14h15 - 15h45
Séance 6	<b>jeudi 5 décembre 2024</b>	→	14h15 - 15h45
Séance 7	<b>lundi 9 décembre 2024</b>	→	14h15 - 15h45
Séance 8	<b>jeudi 12 décembre 2024</b>	→	14h15 - 15h45
Séance 9	<b>lundi 16 décembre 2024</b>	→	14h15 - 15h45
Séance 10	<b>jeudi 19 décembre 2024</b>	→	14h15 - 15h45
Séance 11	<b>lundi 6 janvier 2025</b>	→	14h15 - 15h45
Séance 12	<b>jeudi 9 janvier 2025</b>	→	14h15 - 15h45
Entretiens individuels <i>30 min par personne, sur rendez-vous</i>	<b>lundi 13 janvier 2025</b>	→	<b>13h30 - 16h30</b>
Entretiens individuels <i>30 min par personne, sur rendez-vous</i>	<b>jeudi 16 janvier 2025</b>	→	<b>13h30 - 16h30</b>
Bilan	<b>lundi 10 mars 2025</b>	→	14h15 - 15h45

### **Salle :**

salle du petit moulin - La passerelle - rue de la rente Saint Bénigne - 21600

LONGVIC