

# L'équilibre, où en êtes-vous ?

## DIJON (Montchapet)

Animateur : THOMAS 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<br>(FAPA - 8 Rue Louis Neel à Dijon)                     | jeudi 19 septembre 2024 | → | 14h30 - 16h00 |
| Entretiens individuels<br><i>20 min par personne, sur rendez-vous</i> | jeudi 26 septembre 2024 |   | 13h30 - 16h45 |
| Séance 1                                                              | jeudi 3 octobre 2024    | → | 14h30 - 15h30 |
| Séance 2                                                              | jeudi 10 octobre 2024   | → | 14h30 - 15h30 |
| Séance 3                                                              | jeudi 17 octobre 2024   | → | 14h30 - 15h30 |
| Séance 4                                                              | jeudi 7 novembre 2024   | → | 14h30 - 15h30 |
| Séance 5                                                              | jeudi 14 novembre 2024  | → | 14h30 - 15h30 |
| Séance 6                                                              | jeudi 21 novembre 2024  | → | 14h30 - 15h30 |
| Séance 7                                                              | jeudi 28 novembre 2024  | → | 14h30 - 15h30 |
| Séance 8                                                              | jeudi 5 décembre 2024   | → | 14h30 - 15h30 |
| Séance 9                                                              | jeudi 12 décembre 2024  | → | 14h30 - 15h30 |
| Séance 10                                                             | jeudi 19 décembre 2024  | → | 14h30 - 15h30 |
| Entretiens individuels<br><i>20 min par personne, sur rendez-vous</i> | jeudi 9 janvier 2025    | → | 13h30 - 16h45 |
| Bilan<br>(FAPA - 8 Rue Louis Neel à Dijon)                            | jeudi 13 mars 2025      | → | 14h30 - 15h30 |

### Salle :

Salle Annexe du Gymnase Boivin - 22 Rue de la Côte-d'Or - 21000 DIJON