

Novembre 2022



lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi	samedi	dimanche
31	1 11 h 30 à 13 h 30 Ki Production DANSE 14 h 30 à 16 h do in	2 19 h à 21 h self défense Karaté Défense Atlantique	3 10 h 30 à 11 h 30 18 h 30 à 19 h 30 Yoga Esprit Yoga	4	5	6
7 de 11 h à 12 h gym douce	8 11 h 30 à 13 h 30 Ki Production DANSE 14 h 30 à 16 h do in	9 19 h à 21 h self défense Karaté Défense Atlantique	10 10 h 30 à 11 h 30 18 h 30 à 19 h 30 Yoga Esprit Yoga	11	12	13
14 de 11 h à 12 h gym douce	15 11 h 30 à 13 h 30 Ki Production DANSE 14 h 30 à 16 h do in	16 19 h à 21 h self défense Karaté Défense Atlantique	17 10 h 30 à 11 h 30 18 h 30 à 19 h 30 Yoga Esprit Yoga	18	19	20
21 de 11 h à 12 h gym douce	22 11 h 30 à 13 h 30 Ki Production DANSE 14 h 30 à 16 h do in	23 19 h à 21 h self défense Karaté Défense Atlantique	24 10 h 30 à 11 h 30 18 h 30 à 19 h 30 Yoga Esprit Yoga	25	26	27
28 de 11 h à 12 h gym douce	29 11 h 30 à 13 h 30 Ki Production DANSE 14 h 30 à 16 h do in	30 19 h à 21 h self défense Karaté Défense Atlantique	1	2	3	4
5	6	Notes				