

# Octobre 2022



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