



PROGRAMME DES ACTIVITÉS

Semaine du 28 aout au 3 septembre

	SAMEDI	DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
MATIN	BIENVENUE WELCOME		8h30 Reveil musculaire 9h00 Strong Dance Workout 10h00 Burning Calories 11h00 Atelier "soin de cheveux" Espace méditation et yoga Inscriptions obligatoires 11h00 Aquagym	9h00 - 11h00 MINICLUB 9h00 HIIT Cardio 10h00 Circuit Training 11h00 Cuisses/Fessiers 11h00 Aquagym 11h00 Visite gratuite Du Château Vaudois Inscription au Mobilanim RDV sur place	8h00 Footing 9h00 Burning Calories 10h00 Morning Yoga à la plage RDV 9h30 à la navette fluviale 10h00 Volley 10h30 Cuisses/Fessiers	8h00 Footing 8h00 Early Yoga RDV Espace méditation et yoga 9h30-12h00 Balade Gourmande RDV au parking Paul Vernet, Fréjus Avec Daniela et Vincent Tarif: 7€ / personnes Inscriptions au Mobilanim 10h30 Tonic Yoga RDV Espace méditation et yoga	8h30 Reveil musculaire 9h30 Cours de Step 11h00 Aquagym
		9h30 - 11h30 Mobilanim	9h30 - 11h30 Mobilanim	9h30 - 11h30 Mobilanim	9h30 - 11h30 Mobilanim	9h30 - 11h30 Mobilanim	
APRÈS-MIDI		14h30 - 17h00 MINICLUB 16h00 -CONCOURS- pétanque 16h00 Cardio Box Workout 18h30 POT D'ACCUEIL RDV sur la terrasse du restaurant l'Olivier Ecolodge	14h30 - 17h00 MINICLUB 15h00 Tournoi de Basket 18h30 JEUX APERO RDV restaurant l'Olivier Ecolodge	14h00 - 16h00 MINICLUB 17h00 Tournoi de Tennis 16h00 Visite gratuite Du Château Vaudois Inscription au Mobilanim RDV sur place	15h00 + 16h00 Tournoi de Tir à l'arc à partir de 12 ans max. 10 personnes Inscriptions obligatoires 15h30 Tonic Yoga RDV Espace méditation et yoga	15h00 Tournoi de Foot 18h30 JEUX APERO RDV restaurant l'Olivier Ecolodge	
		14h30 - 17h30 Mobilanim	14h30 - 16h30 Mobilanim	14h30 - 16h30 Mobilanim	14h30 - 16h30 Mobilanim	14h30 - 16h30 Mobilanim	14h30 - 16h30 Mobilanim
SOIREE	21h00 CONCERT jusqu'à 22h Piscine nocturne	21h00 Spectacle MAGIE et GRANDE ILLUSION	21h00 SOIREE BLACK JACK	21h00 CONCERT "The Shamans" à partir de 19h30 Soirée AIOLI + KARAOKE "Les Anonymes"	19h30 -CONCOURS- pétanque nocturne	21h00 MUSIC QUIZZ RDV Restaurant l'Olivier Ecolodge	



Rendez-vous au Mobilanim à l'entrée sur la droite

Pour tout ce qui concerne les activités et animations (renseignement, inscription, prêt de matériel)

* Les cours de fitness sans inscription RDV dans l'espace fitness

Animations surlignées en jaune = RDV au restaurant chez Mama, quartier La Barque (sauf autre lieu précisé).

