



PROGRAMME DES ACTIVITÉS

Semaine du 05 au 11 Septembre



L'ÉTOILE D'ARGENS
★★★★★
Un paradis nature au bord de l'eau

	SAMEDI 05	DIMANCHE 06	LUNDI 07	MARDI 08	MERCREDI 09	JEUDI 10	VENDREDI 11
MATIN	<p>9h00 Cuisses/Fessiers</p> <p>9h45 HIIT</p> <p>10h30 Circuit Training</p> 	<p>10h00 Volleyball</p> <p>11h00 Aquagym</p> <p>10h00-12h00 Mini-Club</p>	<p>8h30 Footing</p> <p>10h00 HIIT</p> <p>10h45 Abdos/Fessier</p> <p>10h00-12h00 Mini-Club</p>	<p>9h00 Circuit Training</p> <p>9h45 HIIT</p> <p>10h00 Foot</p> <p>11h00 Aquagym</p>	<p>8h30 Footing</p> <p>9h45 HIIT</p> <p>10h00 Minigolf</p> <p>10h30 Circuit Training</p> <p>11h00 Visite gratuite Du Château Vaudois Inscription au Mobilanim RDV sur place</p> <p>10h00-12h00 Mini-Club</p>	<p>8h30 Footing</p> <p>10h00 HIIT</p> <p>10h00 Tennis</p> <p>10h45 Circuit training</p> <p>11h00 Aquagym</p> <p>10h00-12h00 Mini-Club</p>	<p>9h30-12h00 Balade « GOURMANDE » Avec Daniela et Vincent 5€ de participation RDV au parking PAUL VERNET (Centre Ville de Fréjus) Infos au Mobilanim</p>
APRES-MIDI	<p>17h00 Tournoi de Ping Pong</p> <p>14h00-16h00 Mini-Club</p>	<p>16h00 - CONCOURS - pétanque Lots à gagner !</p> <p>18h30 Pot d'accueil RDV sur la plateforme de la piscine (côté tennis)</p> <p>14h00-16h00 Mini-Club</p>	<p>16h00 Tournoi de Volleyball</p> <p>14h00-16h00 Mini-Club</p>	<p>14h00 Sortie « GEORGE DU PENNAFORT » Avec Brice Co-voiturage Inscription et Information au Mobilanim</p> <p>14h00-16h00 Mini-Club</p>	<p>16h00 Visite gratuite du Château Vaudois Inscription au Mobilanim RDV sur place</p> <p>18h00 - CONCOURS - Pétanque Lots à gagner !</p> <p>14h00-16h00 Mini-Club</p>	<p>L'équipe d'animation vous souhaite un bel après-midi</p>	 <p>15h00 Olympiades en famille RDV Piscine (Baskets et maillot de bain)</p> <p>10h00-12h00 Mini-Club</p>
SOIRÉE	<p>20h30 Soirée BLACK JACK Sur la terrasse de restaurant</p>	<p>20h30 SOIRÉE MUSIC QUIZZ</p>	<p>L'équipe d'animation vous souhaite une BONNE SOIREE</p>	<p>20h30 SOIREE CINEMA</p>	<p>L'équipe d'animation vous souhaite une BONNE SOIREE</p>	<p>20h30 SOIRÉE KARAOKE « Le micro est à vous »</p>	<p>20h30 Soirée CLOSE UP MAGIE (magie de table à table)</p>



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 sur la plateforme de fitness

