

Août 2023

Sorties extérieures / Activités au GEM / Conditions d'accès à l'activité / local sans salarié / A vous de choisir

Semaine du 1 er Août au 5 Août 2023

Mardi 1 10h/18h	Mercredi 2 11h /18h	Jeudi 3 12h/18h	vendredi 4 10h/ 16h	Samedi 5 10h/18h
<p>11h PISCINE Stade nautique de caen bassin de 50 m</p> <p>RDV à la piscine à 11h</p> <p>avec Thomas et Isabelle</p>			<p>Marche sportive avec Helene</p> <p>Pique nique au local</p>	<p>Départ 10h</p> <p>Clecy au bord de l'eau</p> <p>Baignade, barbecue et plouf !</p>
<p>Sur inscription</p> <p>13h/15h Atelier Peinture Dessin collage</p>	<p>13h 30 Christine comptabilité</p> <p>Jeux au GEM 14h/15h Stretching avec Isabelle (Echauffement et étirements)</p> <p>Ménage du local</p>		<p>Sur inscription</p> <p>13h/15h Atelier Peinture Dessin collage</p>	<p>Clécy</p> <p>retour pour 17 h 30</p> <p>Plouf!plouf pour ceux qui veulent ...sinon fare niente au bord de l'eau ensemble.</p>

Semaine du 8 au 12 Août 2023

Mardi 8 10h/18h	Mercredi 9 11h/18h	Jeudi 10 12h/18h	Vendredi 11 10h/16h	Samedi 12 10h/18h
<p>11h PISCINE Stade nautique de caen bassin de 50 m</p> <p>RDV à la piscine à 11h</p> <p>avec Thomas et Isabelle</p>	<p>13h 30 Christine comptabilité</p>	<p>Hélène part en congrés du 10 au 28 Août</p>	<p>Hélène est en congrés</p> <p>Vous pouvez faire une ouverture autonome du local</p>	<p>Pique-nique au local</p> <p>14h Réunion SEJOUR Dernière avant le voyage</p>
<p>Sur inscription</p> <p>13h/15h Atelier peinture dessin</p>	<p>Sur inscription</p> <p>14h/15h Stretching avec Isabelle (Echauffement et étirements)</p> <p>Ménage du local</p>			<p>Jeux et autres possibilités</p>

Semaine du 15 Août au 20 Août 2023

Mardi 15 Août 10h/18h	Mercredi 16 11h/18h	Jeudi 17 12h/18h	Vendredi 18 10h/16h	Samedi 19 10h/18h
<p>FERIE</p> <p>Voyage pour les adhérents du 14 Août au 17 Août</p>	<p>Adhérents en voyage</p> <p>Sur Inscription limitées à 5 personnes</p> <p>OUVERTURE AUTONOME</p> <p>Par Isabelle</p> <p>C'est ouvert de 12h à 16h30</p>	<p>Adhérents en voyage</p> <p>LOCAL FERME</p>	<p>Hélène est en congés</p> <p>Sur Inscription limitées à 5 personnes</p> <p>OUVERTURE AUTONOME</p> <p>par Isabelle</p> <p>12h/15h</p>	<p>10h30 Préparation réunion de vie</p> <p>Pique nique au local</p>
<p>LOCAL FERME</p> <p>FERIE</p>	<p>Sur inscription 14h/15h</p> <p>Stretching avec Isabelle (Echauffement et étirements)</p> <p>Ménage tous ensemble</p>	<p>LOCAL FERME</p>	<p>13H/15h Dessin et/ ou jeux de société</p> <p>Ménage tous ensemble</p>	<p>14h Réunion de vie préparez-vous une rentrée sympa!!!</p> <p>Cap sport reprend début septembre, la piscine peut continuer, les arts plastiques et l'escalade aussi Et pour le théâtre se sera une comédie musicale</p>

Semaine du 22 Août au 26 Août 2023

Mardi 22 Août 10h / 18h	Mercredi 23 Août 11h / 18h	Jeudi 24 Août 12h / 18h	Vendredi 25 Août 10h/16h	Samedi 26 Août 10h/18h
<p>11h PISCINE Stade nautique de caen bassin de 50 m</p> <p>RDV à la piscine à 11h</p> <p>avec Thomas et Isabelle</p>			<p>Hélène est en congé</p> <p>Vous pouvez faire une ouverture autonome du local</p>	<p>12h Pique nique au local</p>
	<p>Sur inscription</p> <p>13h30h/14H30 Stretching avec Isabelle (Echauffement et étirements)</p> <p>Ménage du local</p>			<p>Quelle activité souhaitez vous faire ?</p>

Semaine du 29 Août au 2 septembre

Mardi 29 Août 10H/18h	mercredi 30 Août 11H18h	Jeudi 31 Août 12h/18h	vendredi 1er sept 10h/16h	Samedi 2 septembre 10H18h
<p>C'est la rentrée</p> <p>11h PISCINE Stade nautique de caen bassin de 50 m</p> <p>RDV à la piscine à 11h avec Thomas et Isabelle</p>	<p>13h 30 Christine comptabilité</p>		<p>Sur Inscription en appelant Marion au 06.02.36.34.97 Marche Cap'sport avec un certificat médical dès votre seconde participation. Rendez-vous à 9h30 au 10.22 les Belles Portes au « LIS »</p>	<p>Repas de rentrée au local</p>
			<p>Pique nique au local</p>	
	<p>Sur inscription</p> <p>14h/15h Stretching avec Isabelle (Echauffement et étirements</p> <p>Ménage du local</p>		<p>Sur inscription</p> <p>13h/15h</p> <p>Atelier Peinture et Dessin</p>	<p>14h Réunion de vie Les projets pour cette nouvelle année! Intergem, pratiques sportives réunions associatives, Bibliotheque vivante , ouverture autonome</p>