

## Association DETENTE YQUELONNAISE : Activités 2024-2025

Broderie, Calligraphie Latine, Do-In, Gospel, Gym douce, Gym mémoire, Jeux de société, Marche Nordique, Méthode PILATES, Qi Gong, Sophrologie,  
**YOGA**

	Salle 1 <sup>er</sup> étage Mairie d'YQUELON	Autres salles Mairie d'YQUELON	Salle de convivialité YQUELON	Marche Nordique En Extérieur	Salles Granville Terre et Mer
<b>Lundi</b>	- 09h30 à 11h00 <b>YOGA</b> (RD) - 12h15 à 13h15 <b>YOGA</b> (JL) - 18h15 à 19h45 <b>YOGA</b> (JL) - 20h00 à 21h30 <b>YOGA</b> (JL)		- 13h45 à 15h <b>GYM MEMOIRE</b> (LL) - 15h15 à 16h30 <b>JEUX de SOCIETE</b> (C)	- 14h15 à 16h45 (EB) Covoiturage à 14h00 parking de Mr Bricolage Bâtons fournis	- 11h00 à 12h00 <b>PILATES</b> (AO) - 12h15 à 13h15 <b>PILATES</b> (AO) - 17h15 à 18h15 <b>PILATES</b> (AO) - 19h30 à 20h30 <b>PILATES</b> (AO) Salle Cité Danse à la cité des sports Granville
<b>Mardi</b>	- 17h00 à 18h15 <b>YOGA</b> (VE) - 18h30 à 19h45 <b>YOGA</b> (VE) - 20h00 à 21h30 <b>YOGA</b> (RD)	- 14h00 à 17h00 <b>BRODERIE</b> 1 <sup>er</sup> 3e, 5e mardi (M) Grange Dimière			
<b>Mercredi</b>	- 09h00 à 10h30 <b>YOGA</b> (RD) - 10h45 à 12h15 <b>YOGA</b> (RD)  - 18h30 à 20h00 <b>YOGA</b> (JL) - 20h00 à 21h00 <b>QI GONG/Méditation</b> (PD)	- 18h15 à 20h15 <b>Calligraphie Latine</b> (EG) Salle des commissions	- 17h00 à 19h00 <b>GYM DOUCE</b> (BL)		
<b>Jeudi</b>	- 09h30 à 11h30 <b>YOGA</b> (RD) - 12h15 à 13h45 <b>YOGA</b> (RD)  - 18h30 à 20h00 <b>YOGA</b> (JL) - 20h00 à 21h30 <b>YOGA</b> (JL)			- 09h45 à 12h00 (EB) RDV à 09h30 parking de Mr Bricolage Bâtons fournis	
<b>Vendredi</b>	- 9h30 à 11h00 <b>YOGA</b> (JL) - 14h30 à 17h30 <b>Ateliers ponctuels</b>				
<b>Samedi</b>		- 10h à 12h <b>Sophrologie</b> (CB) salle du FAM à Yquelon 1 samedi par mois dates à confirmer en septembre			- 9h30 à 11h00 <b>YOGA</b> (JL) Salle APEX, gymnase de Scissy St Pair
<b>Dimanche</b>		- 10h00-17h00 <b>Atelier GOSPEL</b> (AH) 1 dimanche/mois dates confirmées en septembre École de musique			
<b>Samedi Dimanche</b>	Divers stages sont proposés durant la saison. Détails sur le site de la mairie d'Yquelon <a href="http://www.mairie-yquelon.fr">www.mairie-yquelon.fr</a>				

### Contacts des professeurs :

**Carole BOULER** 06 07 54 83 19 **Edith BOULEY** (EB) 06 05 44 10 74 **Paule Dandoy** (PD) 06 71 04 59 38 **Régine DUVAL** (RD) 07 82 12 36 15 **Véronique ENEE** (VE) 07 87 23 21 36 **Elisabeth GUAMIS** (EG) 06 75 15 53 83 **Anne HUAULT** (AH) 06 89 70 08 80 **Babette LARRIVEE** (BL) 02 33 50 67 49 **Liliane LEPINE** (LL) 06 83 19 59 53 **Jola LE ROY** (JL) 06 26 88 81 52 **Mairie** (M) 02 33 50 37 34 **Aurélie Odienne** (AO) 06 49 82 20 42 **Christine** (C) contact mairie