



Programmation en français pour les personnes 50+

hiver **2018**

Centre récréatif Notre-Dame, 271, avenue de la Cathédrale

- **Danse en ligne** (gymnase) les **lundis**,
du 5 **mars** au 14 mai (pas de danse le 2 avril)
70 \$ payé à l'avance ou 8 \$ par session (10 semaines) **Marcel Lacroix**
18 h 45 à 19 h 45
- **T'ai Chi Chih Avancé** (salle polyvalente) les **mercredis**
du 3 **janvier** au 16 mai
57 \$ payé à l'avance (19 semaines) 10 h 00 à 11 h 00

Programmation en français pour les personnes 50+

hiver **2018**

Université de Saint-Boniface, 200, avenue de la Cathédrale

- **Exercices avec confiance** les **lundis**, du 8 **janvier** au 14 mai
Dons acceptés 10 h 00 à 11 h 00
- **Pickleball** (gymnase ouest) tous les **mardis** du 2 **janvier** au 26 juin
15 \$ par mois (inclut les sessions à l'École Lacerte) ou 3 \$ par session
Gratuit pour les membres du Sportex 8 h 30 à 11 h 00
- **Pickleball** (gymnase ouest) tous les **jeudis** du 4 **janvier** au 28 juin
15 \$ par mois (inclut les sessions à l'École Lacerte) ou 3 \$ par session
Gratuit pour les membres du Sportex 9 h 30 à 11 h 00
- **Grouille ou rouille** (gymnase ouest) le mercredi 2 **mai** 9 h 00 à 15 h 30

Programmation en français pour les personnes 50+

hiver **2018**

Résidences 55+ et divers endroits

- **Château Guay, 231, rue Goulet** **Cécile Dufresne**
- **Exercices avec confiance** les **lundis** du 8 **janvier** au 14 mai
3 \$ par semaine **ouvert au public** 10 h 00 à 11 h 00
- **Accueil Colombien, 200, rue Masson,** **Cécile Dufresne**
- **Exercices avec confiance** les **mercredis** du 10 **janvier** au 16 mai
3 \$ par semaine **ouvert au public** 9 h 30 à 10 h 30
- **Place Des Meurons, 400, rue Des Meurons** **Kat Rother**
- **Activités physiques** du 4 au 25 janvier
Gratuit!! (projet de la FAFM) - Réservez votre place auprès de Diane Fontaine au 204-231-0044
10 h 45 à 11 h 45
- **Yoga Léger** les **jeudis** du 8 **mars** au 26 avril **Simone Morin**
56 \$ pour 8 semaines 10 h 30 à 11 h 30
- **École Lacerte, 1101, promenade Autumnwood**
- **Pickleball** les **mercredis** du 10 **janvier** au 27 juin
15 \$ par mois (inclut les sessions à USB) ou 3 \$ par session 18 h 00 à 20 h 00

Réservez votre place dès maintenant : 204-793-1054 ou conseil55@fafm.mb.ca