

ATELIERS BIEN-ÊTRE

PLANNING

Septembre-Décembre
2022



**Centre associatif la Marguerite
Nouvelle-Aquitaine**
29, rue Gustave Nadaud
87000 LIMOGES

Tél : 05 55 01 35 94
Mail : contact@lamargueriteasso.fr
web : lamargueriteasso.fr



Union européenne



*La Nouvelle-Aquitaine et l'Europe
agissent ensemble pour votre avenir*

★ Financement dans le cadre de la réponse de l'Union
à la pandémie de COVID-19

Nos lieux d'activités

ALAIR-AVD
148, rue Gué Verthamont
87000 Limoges

ALSEA Interval
1 bis, rue du Maréchal Juin
87100 Limoges

La Marguerite
29, rue Gustave Nadaud
87000 Limoges

Piscine de Saint-Junien
Rue Léo Lagrange
87200 Saint-Junien

Terres de Cabanes
1, rue Emile Kahn
87000 Limoges

Espace Ferrand
avenue du Docteur Lemoyne
87500 St-Yrieix-La-Perche

**Espace Mont-Gerbassou
Salle Lully**
1, rue Anna Beillot
87240 Ambazac

Nos tarifs

ADHERENT
4€/atelier

*Pour les personnes adhérentes à
Marguerite ou aux associations affiliées*

NON ADHERENT
8€/atelier

*Bénéficiez du tarif adhérent en cotisant à
la Marguerite (35€/an)*

Les ateliers Activité physique adaptée et Aquagym sont gratuits

Conditions d'annulation : en fonction du nombre d'inscrits nos ateliers pourront être annulés -
Toute séance réservée et non annulée 48h à l'avance sera facturée.

Renseignements et Inscription

Centre associatif la Marguerite N.A
29, rue Gustave Nadaud 87000 LIMOGES

Tél : 05 55 01 35 94

Mail : contact@lamargueriteasso.fr / web : lamargueriteasso.fr

ACTIVITE PHYSIQUE ADAPTEE

Salle ALAIR-AVD Limoges

Les mercredis 10h45 à 11h45

APA Saint-Yrieix-La-Perche

Les jeudis 9h30 à 10h30

APA Ambazac

Les jeudis 9h00 à 10h00

AQUAGYM

Piscine de Saint-junien

Les mercredis 11h00 à 12h00

DIET ECHANGES

Salle La Marguerite Limoges

Les mardis 15h30 à 16h30

Terres de Cabanes - Val de L'Aurence

Les jeudis 15h00 à 16h30

ARTS PLASTIQUES / ECRITURE

Salle La Marguerite Limoges

Les jeudis 14h30-16h00

FENG SHUI

Feng Shui Visio

Les lundis 18h00-19h30

SEPT.	OCT.	NOV.	DEC.
Mercredis 7 . 14 21 . 28	Mercredis 5 . 12 19 . 26	Mercredis 2 . 9 16 . 23	Mercredis 6 . 13 20 . 27
Jeudis 1 . 8 . 15 22 . 29	Jeudis 6 . 13 20 . 27	Jeudis 3 . 10 17 . 24	Jeudis 1 . 8 . 15 22 . 29
Jeudis 1 . 8 . 15 22 . 29	Jeudis 6 . 13 20 . 27	Jeudis 3 . 10 17 . 24	Jeudis 1 . 8 . 15 22 . 29
Mercredis 7 . 14 21 . 28	Mercredis 5 . 12 19	Mercredis 9 . 16 23 . 30	Mercredis 7 . 14
Mardis 13 . 27	Mardis 11 . 25	Mardis 8 . 22	Mardi 6 . 20
Jeudi 15	Jeudi -	Jeudis 3 . 17	Jeudi 1
Jeudis 15 . 29	Jeudis 13 . 27	Jeudis 10 . 24	Jeudis 8 . 22
Lundi 19	Lundi 17	Lundi 14	Lundi 12

QI GONG

Salle ALAIR-AVD Limoges

Les lundis 14h30 à 15h30

Salle ALSEA Interval - Val de L'Aurence

Les mardis 10h00 à 11h00

SANTÉ VOUS BIEN

Salle La Marguerite Limoges

Les mercredis 14h30 à 16h00

SOCIO-ESTHETIQUE

Salle ALAIR-AVD Limoges

Les lundis 14h30 à 15h30

Salle ALSEA Interval - Val de L'Aurence

Les mardis 10h à 11h

SOPHROLOGIE

Salle ALAIR-AVD Limoges

Les mardis 16h30 à 17h30

Sophro Visio

Les mercredis 18h30-19h30

Sophro Balade Limoges

Les samedis 14h30-16h00

Sophro Balade Val de L'Aurence

Les mardis 14h00-15h30

SEPT.	OCT.	NOV.	DEC.
Lundis 5 . 19	Lundis 3 . 17 . 31	Lundis 14 . 28	Lundi 12
Mardis 6 . 20	Mardis 4 . 18	Mardis 15 . 29	Mardi 13
Mercredi 21	Mercredis 5 . 19	Mercredis 2 . 16 . 29	Mercredi 14
	Lundi 24	Lundis 7 . 21	Lundis 5 . 19
Mardis 13 . 27	Mardis 11 . 25	Mardis 8 . 22	Mardis 6 . 20
Mardis 20 . 27	Mardis 18 . 25	Mardis 15 . 22 . 29	Mardis 13 . 20
Mercredis 14 . 21	Mercredis 5 . 12 . 19	Mercredis 2 . 9 . 16	Mercredis 7 . 14
Samedi 24	Samedis 1 . 8 22 . 29	Samedis 5 . 19 . 26	Samedis 3 . 17
Mardis 20 . 27	Mardis 18 . 25	Mardis 15 . 22 . 29	Mardis 13 . 20