

PLANNING JUILLET - SAINT-MALO

- ATELIERS COLLECTIFS ÉTÉ 2026 -

Pour vous inscrire à ces séances découvertes, contactez-nous !

Du 29 juin au 3 juillet	MAR 30	MER 1	JEU 2 JOURNEE D'ETE 10h30 - 14h	VEN 3	SAM 4 Marche nordique 10h - 12h
--------------------------------	---------------	--------------	--	--------------	--

Du 6 au 10 juillet	LUN 6	MAR 7 Atelier culinaire 11h - 13h30	MER 8	JEU 9 Sophro Balade "Accompagner le stress" 10h45 - 12h	VEN 10 Marche et renfo 10h30 - 11h30
---------------------------	--------------	--	--------------	---	---

RDV : Les Marteaux du Jardin (tiers-lieu)

RDV : Parc de la Briantais

RDV : Local des Mouettes

Du 13 au 17 juillet	MAR 14	MER 15	JEU 16	VEN 17	SAM 18 Marche nordique 10h - 12h
----------------------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---

Du 20 au 24 juillet	LUN 20 Yoga en extérieur 11h - 12h	MAR 21 Pilates en extérieur 14h30 - 15h30	MER 22	JEU 23	VEN 24
----------------------------	---	--	---------------	---------------	---------------

RDV : Parc de la Briantais

Du 27 au 31 juillet	MAR 28 Danse Thérapie 10h30 - 12h	MER 29	JEU 30	VEN 31 APA en extérieur 9h30 - 10h30	SAM 1er Marche nordique 10h - 12h
----------------------------	--	---------------	---------------	---	--

RDV : Maison de la Famille

RDV : Parc de la Briantais



Nous appeler
02.99.63.67.67



Nous écrire
apm.cd35@ligue-cancer.net

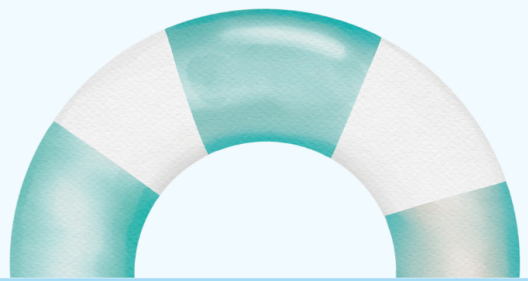


PLANNING AOÛT - SAINT-MALO

- ATELIERS COLLECTIFS ÉTÉ 2026 -

Pour vous inscrire à ces séances découvertes, contactez-nous !

Du 3 au 7 août	LUN 3	MAR 4	MER 5	JEU 6	VEN 7	
					Longe Fitness Mélange longe côte/aquagym 10h30 - 11h30	
	Du 10 au 14 août	LUN 10	MAR 11	MER 12	JEU 13	VEN 14
						APA en extérieur 9h30 - 10h30
						RDV : Parc de la Briantais
	Du 17 au 22 août	MAR 18	MER 19	JEU 20	VEN 21	SAM 22
Pilates en extérieur 14h30 - 15h30					Marche nordique 10h - 12h	
Du 24 au 28 août	MAR 25	MER 26	JEU 27	VEN 28	SAM 29	
		Sophro Balade "Confiance en soi" 10h45-12h		AquaGym en mer 10h30 - 11h30	Aqua Sophro 12h15 - 13h15	
		RDV : Parc de la Briantais		RDV : Local des Mouettes	Combourg	



Nous appeler
02.99.63.67.67



Nous écrire
apm.cd35@ligue-cancer.net