



POLE BIEN-ETRE

Planning de juin 2022


ACTIVITÉS PHYSIQUES

<p>Activités physiques du dispositif Osez Bouger (équitation, renforcement musculaire, marche nordique, salle de musculation et boxe, gymnastique, circuit training, hockey sur gazon, pilates, escalade, basket).</p> 	Du 2 septembre à fin juin	Voir dépliant osez bouger	Gratuit sur inscription (au minimum 4 jours avant)
--	---------------------------	---------------------------	--

ACTIVITÉS CULTURELLES

<p>Fête de la Maison de l'eau "Les insectes et autres invertébrés d'ici et d'ailleurs" (escargots, serpents, geckos) à redouter et à déguster. Exposition d'insectes minuscules, contes de la compagnie Abracadabrak, Compagnie zinée (arbres aux petites bêtes, compagnie "Allô maman bobo"). Apportez votre pique-nique</p>	Le dimanche 5 juin	Rendez-vous à 11h00 devant la maison de l'eau 51 Rue de l'Estérel, 72100 Le Mans	Gratuit sur inscription
<p>Cirque aérien "Les hauts plateaux"</p> 	Le mardi 14 juin	Rendez-vous à 19h45 devant le Grand Théâtre des Quinconces	Gratuit sur inscription nombre de place limité
<p>Visite guidée (intérieure et extérieure) de la cathédrale et du musée Carré Plantagenêt</p> <p>A venir en juillet : zoo de la Flèche De retour en septembre : zoo de Pescheray</p>	Le mercredi 29 juin	Rendez-vous à 13h15 au pilier rouge 41-43 Grande Rue, 72000 Le Mans	Gratuit sur inscription nombre de place limité

ACTIVITÉS BIEN ÊTRE PHYSIQUE ET INTÉRIEUR

<p>Ateliers d'expression libre</p>  <p>Individuels à destination des femmes → Libérer ses ressentis → Développer sa capacité d'agir</p>	Le mercredi à 14h30 ou 15h30 Le 8 et 22 juin Reprise le 6 octobre	32 rue de la Mission Le Mans	Gratuit sur inscription
---	---	---------------------------------	-------------------------

Renseignements et inscriptions à l'accueil

32 rue de la mission, Le Mans

9h-12h / 14h-17h

standard.720@secours-catholique.org

02 43 16 05 50