

## Grille des activités journalières (Version d'octobre 2020)

Jour	Activité	Heure	Lieu	Contact
Lundi	Conversation néerlandaise	10.00 à 11.30	Local cure St Sixte, Genval	Tel. 0496 02 60 65
	Aquagym	16h45 à 17h30	Bassin communal Rixensart	Tél. 02 653 20 58
Mardi	Gymnastique	10h00 à 11h00	Centre sportif, Rixensart	Tel 02 653 75 24
	Conversation anglaise	10h30 à 12h00	(en cours de relocalisation)	Tél 0472 26 51 85
	Scrapbooking	2ème mardi / mois, Leur Abri	Bourgeois, Rixensart	Tél 02 653 20 58
	Tennis de Table	14h00 à 17h00	Ferme de Froidmont, Rixensart	Tél 02 653 82 55
	Marche Nordique	Rendez-vous à 14h30	Parc Château La Hulpe	Tél 02 653 66 92
Mercredi	Gym Abdo Stretch	11h00 à 12h00	Espace Gym, 17/203 Rue des Ateliers, Papeteries, Genval	Tél. 0497 19 88 15
	Danse en ligne	15h00 à 16h00	Mahiermont, Genval	Tél. 0497 19 88 15
	Dessin, Peinture	14h00 à 17h00	Maison des Aînés, Rixensart	Tél. 02 653 82 55
	Conférences	3ème mercredi du mois	Marhiermont, Genval	Tel. 0496 02 60 65
	Excursions	3ème mercredi du mois	selon programme	Tél. 0478/49 19 57
Jeudi	Yoga (sur chaise)	9h30 à 10h30	Mahiermont, Genval	Tél. 0472 26 51 85
	Yoga classique	10h40 à 11h40	Mahiermont, Genval	Tél. 0497 19 88 15
	Conversation espagnole	Jeudi 10h15 à 11h45	Local cure St Sixte, Genval	Tél. 02 653 36 92
	Conversation anglaise	Jeudi 11h00 à 12h30	Maison des Aînés, Rixensart	Tél. 0472 26 51 85
	Après-midis récréatives	14h00 à 17h00	Mahiermont, Genval	Tél. 0478 62 77 58
	Tennis de Table	14h00 à 17h00	Ferme de Froidmont	Tél 02 653 82 55
Vendredi	Aquagym	14h45 à 15h30	Bassin communal Rixensart	Tél. 02 653 20 58
	Atelier écriture	1er & 3e vendredis du mois	Chemin du Gros Tienne, Ohain	Tél. 02 653 34 97
	Danses folkloriques	9h30 à 11h00	Espace Grimberghe, Rixensart	Tél. 02 653 66 54
Jour variable	Marche Balade	1 fois /mois	Programme dans le Bulletin	Tél. 02 652 34 52
	énéOrdi	en ré-organisation	Local cure St Sixte, Genval	Tél. 0472 26 51 85