

## ACTIVITES pour tous - SAISON 2023-2024

### **GYM D'ENTRETIEN – MARDI - Salle des fêtes**

de 11h à 12h

*adultes /seniors*

Souplesse, équilibre et bien-être - Gymnastique Volontaire de Toul

Contact : **Nicole PREVOT** 06 78 00 15 73

### **YOGA – MERCREDI - Salle des fêtes**

de 18h15 à 19h15

*de juniors à seniors*

Méthode d'épanouissement de l'être,  
avec un travail sur le corps, le souffle et le mental

Contact : **Nicole PREVOT** 06 78 00 15 73

### **DETENTE ET LOISIRS – JEUDI - Ancienne école**

de 14h à 17h

*adultes/seniors - tous les 15 jours*

Jeux de cartes, jeux de société, jeux de détente,...au choix

Contact : **Nicole PREVOT** 06 78 00 15 73

### **RENCONTRE ET PARTAGE - JEUDI - Ancienne école**

de 14h à 17h

*adultes/seniors - tous les 15 jours*

Après-midi de convivialité, de partage autour d'une activité propre à chacun(e).  
Sorties en perspective.

Contact : **Pascale COLIN** 06 35 93 80 36  
**et Danielle HORNUT** 06 14 41 19 04

### **ECHANGES - 1er LUNDI de chaque mois**

**Ancienne école - de 19h à 20h**

Partager ensemble ses connaissances pour faire un lien entre le passé et le présent...

Contact : **André DEJAUNE** 07 81 89 54 63

## **Le Foyer Rural de Villey le sec propose ces activités à tous ses adhérents.**

### **DJEMBE – VENDREDI - Salle des fêtes**

de 20h à 21h

*ados/adultes tous niveaux*

Percussions africaines.

Contact : **Céline PREVOT** 06 70 76 14 22

### **DANSE AFRICAINE – VENDREDI - Salle des fêtes**

de 21h à 22h

*ados/adultes tous niveaux*

Danses énergiques de différents pays d'Afrique

Contact : **Céline PREVOT** 06 70 76 14 22

### **VTT – DIMANCHE - Place de la mairie**

à 8h30

*ados/adultes*

Randonnées en forêt, parcours adaptés en fonction des niveaux  
Vélos VTT, vélos électriques

Contact : **Laurent CAILLET** 03 83 63 92 86

### **BIBLIOTHEQUE – Maison de la Com'**

*Tout public : enfants, ados, adultes*

Chaque **MARDI** de 16h à 20h

sauf vacances scolaires.

Contact : **Christian WILLIG** 06 01 77 15 15  
**Nicole BRUST** 03 83 62 44 84