

PROGRAMME Novembre 2021

Tous les mardis de 14h00 à 15h00

Espace accueil sans rdv dans nos locaux,
pour toute question ou inscription



		Semaine 1	Semaine 2	Semaine 3	Semaine 4	Semaine 5
Lundi	9h00 à 16h00	 08 novembre 2021 Initiation à l'escalade Contact: 077 520 95 31	15 novembre 2021 Journée canicross/ chien de traîneau et raclette Contact: 077 520 95 31	22 novembre 2021 Journée nature au Pays-d'en Haut Contact: 077 520 95 31	29 novembre 2021 Initiation à l'escalade Contact: 077 520 95 31	
		02 novembre 2021 Mieux se connaître avec l'art Contact: 077 520 95 31	09 novembre 2021 Soirée yoga, détente et pleine conscience Contact: 077 520 95 31	16 novembre 2021 Karaoké pour tous et toutes Contact: 077 520 95 31	23 novembre 2021 Soirée yoga, détente et pleine conscience Contact: 077 520 95 31	30 novembre 2021 Soirée artistique et créative Contact: 077 520 95 31
Mardi	18h00 à 21h00	03 novembre 2021 Matinée théâtre, rires et confiance en soi Contact: 077 520 95 31	10 novembre 2021 Matinée des sens avec la rayonnante Alexandra Contact: 077 520 95 31	17 novembre 2021 Découvrir Fribourg avec le golf urbain Contact: 077 520 95 31	24 novembre 2021 Fabriquer ses produits de bien-être Contact: 077 520 95 31	
		04 novembre 2021 Découverte de la forêt de Piamont Contact: 077 520 95 31	11 novembre 2021 Prendre confiance en soi avec le Taekwondo Contact: 077 520 95 31	18 novembre 2021 Matinée des sens avec la rayonnante Alexandra Contact: 077 520 95 31	25 novembre 2021 S'orienter ensemble en forêt de Bouleyres Contact: 077 520 95 31	
Mercredi	9h00 à 11h30	07 novembre 2021 Journée dans la forêt à la recherche du bison Contact: 077 520 95 31	14 novembre 2021 Découverte ludique d'Estavayer-le-lac Contact: 077 520 95 31	21 novembre 2021 Journée découverte d'un centre équestre Contact: 077 520 95 31	28 novembre 2021 Profitons des derniers jours d'automne Contact: 077 520 95 31	
		05 novembre 2021 Matinée des sens avec la rayonnante Alexandra Contact: 077 520 95 31	12 novembre 2021 Prendre confiance en soi avec le Taekwondo Contact: 077 520 95 31	19 novembre 2021 Découvrir Fribourg avec le golf urbain Contact: 077 520 95 31	26 novembre 2021 S'orienter ensemble en forêt de Bouleyres Contact: 077 520 95 31	
Jeudi	9h00 à 12h30	06 novembre 2021 Mieux se connaître avec l'art Contact: 077 520 95 31	13 novembre 2021 Soirée yoga, détente et pleine conscience Contact: 077 520 95 31	20 novembre 2021 Karaoké pour tous et toutes Contact: 077 520 95 31	27 novembre 2021 Soirée yoga, détente et pleine conscience Contact: 077 520 95 31	
		01 novembre 2021 Initiation à l'escalade Contact: 077 520 95 31	08 novembre 2021 Initiation à l'escalade Contact: 077 520 95 31	15 novembre 2021 Journée canicross/ chien de traîneau et raclette Contact: 077 520 95 31	22 novembre 2021 Journée nature au Pays-d'en Haut Contact: 077 520 95 31	
Vendredi	14h00 à 15h00	01 novembre 2021 Initiation à l'escalade Contact: 077 520 95 31	08 novembre 2021 Initiation à l'escalade Contact: 077 520 95 31	15 novembre 2021 Journée canicross/ chien de traîneau et raclette Contact: 077 520 95 31	22 novembre 2021 Journée nature au Pays-d'en Haut Contact: 077 520 95 31	
		02 novembre 2021 Mieux se connaître avec l'art Contact: 077 520 95 31	09 novembre 2021 Soirée yoga, détente et pleine conscience Contact: 077 520 95 31	16 novembre 2021 Karaoké pour tous et toutes Contact: 077 520 95 31	23 novembre 2021 Soirée yoga, détente et pleine conscience Contact: 077 520 95 31	
Samedi	9h00 à 15h00	03 novembre 2021 Matinée théâtre, rires et confiance en soi Contact: 077 520 95 31	10 novembre 2021 Matinée des sens avec la rayonnante Alexandra Contact: 077 520 95 31	17 novembre 2021 Découvrir Fribourg avec le golf urbain Contact: 077 520 95 31	24 novembre 2021 Fabriquer ses produits de bien-être Contact: 077 520 95 31	
		04 novembre 2021 Découverte de la forêt de Piamont Contact: 077 520 95 31	11 novembre 2021 Prendre confiance en soi avec le Taekwondo Contact: 077 520 95 31	18 novembre 2021 Matinée des sens avec la rayonnante Alexandra Contact: 077 520 95 31	25 novembre 2021 S'orienter ensemble en forêt de Bouleyres Contact: 077 520 95 31	
Dimanche	9h00 à 15h00	05 novembre 2021 Mieux se connaître avec l'art Contact: 077 520 95 31	12 novembre 2021 Prendre confiance en soi avec le Taekwondo Contact: 077 520 95 31	19 novembre 2021 Karaoké pour tous et toutes Contact: 077 520 95 31	26 novembre 2021 Soirée yoga, détente et pleine conscience Contact: 077 520 95 31	
		06 novembre 2021 Journée dans la forêt à la recherche du bison Contact: 077 520 95 31	13 novembre 2021 Découverte ludique d'Estavayer-le-lac Contact: 077 520 95 31	20 novembre 2021 Journée découverte d'un centre équestre Contact: 077 520 95 31	27 novembre 2021 Profitons des derniers jours d'automne Contact: 077 520 95 31	

Rendez-vous dans nos locaux : Route des Arsenaux 24, 1700 Fribourg.

Les activités ne sont jamais annulées en cas de météo défavorable mais remplacées par une activité en intérieur.

Toutes les activités proposées sont encadrées et adaptées à l'initiation ainsi qu'à un niveau plus avancé.

Les règles d'hygiène et de distanciation sociale sont respectées.