

ARUNDEL – BRÉBEUF – MONTCALM

~ Octobre 2017 ~

Dim	Lun	Mar	Mer	Jeu	Ven	Sam
1 8:00-17:00 Marché aux puces	2 9:00-12:00 Matinées Artisanales @ salle communautaire gratuit 9:00-10:00 Slow and gentle chair YOGA - Arundel Légion 12\$ (MS) 10:30-11:30 Yoga 55 ans + @ résidence de Weir 5\$ (MS) 13:00-16:00 Art - centre communautaire 13:00-14:00 YOGA/COURSE 11 sept au 16 oct 60\$ (MS) 13:00-15:00 Randonnée en montagne (TATA communication de Weir) + YOGA au sommet 15\$ (MS) 18:00-19:00 Zumba @ salle communautaire	3 13:00-16:00 Bridge 2\$ - centre communautaire 16:00-17:00 Yoga Flow @ Légion 15\$ (impromptu) (MS) 19:30-21:00 Légion-CRIB	4 13:00-15:00 Bridge @ Légion 13:30-15:00 Pétañque à tout 16:00-17:00 YOGA flow @ Légion 12\$(MS)	5 9:00-10:30 Pratique de Yoga avec Francine - centre communautaire-Gratuit 11:00-13:00 Apprendre à courir (10 Km ou 1 H) 13 semaines 100\$ (endroit à confirmer) (MS) 18:30-19:30 Yoga Flow @ Légion (MS)	6 9:00-10:30 YOGA flow @ Légion 15\$ (MS) 13:00-14:00 Clinique Course 15 sept. au 20 oct. 50\$ (MS) 16:00-17:30 Fléchettes @ Légion 17:30-20:00 TGIF @ Légion 18:30-21:00 Danse country avec orchestre @ Salle communautaire 19:00-22:00 Danse country - centre communautaire	7 8:00-17:00 Marché aux puces 9:00-10:00 YOGA plein air @ Park Beaven Creek 10\$ (MS) 10:00-16:00 Marché de Récolte @ l'intersection de la rue du Village et route du Docteur-Henri 11:00-13:00 Apprendre à courir 13 semaines(sep. à déc.) 100\$ (endroit à confirmer) (MS) 11:00-21:00 Fête de l'action de grâce @ TerraVie 13:00-15:00 Cours de danse en ligne @ Salle communautaire
8 8:00-17:00 Marché aux puces 11:00-16:00 Fête des récoltes de la ferme Morgan 10\$AD-5\$EN –Gratuit résidents de Weir	9 9:00-10:00 Slow and gentle chair YOGA - Arundel légion 12\$ (MS) 10:30-11:30 Yoga 55 ans + @ résidence de Weir 5\$ (MS) 13:00-16:00 Art - centre communautaire 13:00-14:00 YOGA/COURSE 11 sept au 16 oct 60\$ (MS) 18:00-19:00 Zumba @ salle communautaire	10 13:00-16:00 Bridge 2\$ - centre communautaire 16:00-17:00 Yoga Flow @ Légion 15\$ (impromptu) (MS) 19:30-21:00 Légion-CRIB	11 13:00-15:00 Bridge @ Légion 13:30-15:00 Pétañque à tout 16:00-17:00 YOGA flow @ Légion 12\$(MS)	12 9:00-10:30 Pratique de Yoga avec Francine - centre communautaire-Gratuit 11:00-13:00 Apprendre à courir (10 Km ou 1 H) 13 semaines 100\$ (endroit à confirmer) (MS) 11:30-13:00 Dîner communautaire 60 ans + @ Salle communautaire	13 9:00-10:30 YOGA flow @ Légion 15\$ (MS) 13:00-14:00 Clinique Course 15 sept. au 20 oct. 50\$ (MS) 18:30-21:00 Danse country avec orchestre @ Salle communautaire 19:00-22:00 Danse country - centre communautaire	14 8:00-17:00 Marché aux puces 9:00-10:00 YOGA plein air @ Park Beaven Creek 10\$ (MS) 11:00-13:00 Apprendre à courir 13 semaines(sep. à déc.) 100\$ (endroit à confirmer) (MS) 13:00-15:00 Cours de danse en ligne @ Salle communautaire
15 8:00-17:00 Marché aux puces 15:00-18:00 YOGA SPA + vin et chocolat @ Légion 30\$ (MS)	16 9:00-12:00 Matinées Artisanales @ salle communautaire gratuit 9:00-10:00 Slow and gentle chair YOGA - Arundel Légion 12\$ (MS) 10:30-11:30 Yoga 55 ans + @ résidence de Weir 5\$ (MS) 13:00-16:00 Art - centre communautaire 13:00-14:00 YOGA/COURSE 11 sept au 16 oct 60\$ (MS) 18:00-19:00 Zumba @ salle communautaire	17 13:00-16:00 Bridge 2\$ - centre communautaire 16:00-17:00 Yoga Flow @ Légion 15\$ (impromptu) (MS) 19:30-21:00 Légion-CRIB	18 13:00-15:00 Bridge @ Légion 13:30-15:00 Pétañque à tout 16:00-17:00 YOGA flow @ Légion 12\$(MS) 18:00-19:30 Assemblée de la Légion	19 9:00-10:30 Pratique de Yoga avec Francine - centre communautaire-Gratuit 11:00-13:00 Apprendre à courir (10 Km ou 1 H) 13 semaines 100\$ (endroit à confirmer) (MS)	20 9:00-10:30 YOGA flow @ Légion 15\$ (MS) 10:00-11:00 Fléchettes @ Légion 13:00-14:00 Clinique Course 15 sept. au 20 oct. 50\$ (MS) 17:30-20:00 TGIF @ Légion 18:30-21:00 Danse country avec orchestre @ Salle communautaire 19:00-22:00 Danse country - centre communautaire	21 8:00-17:00 Marché aux puces 9:00-10:00 YOGA plein air @ Park Beaven Creek 10\$ (MS) 11:00-13:00 Apprendre à courir 13 semaines(sep. à déc.) 100\$ (endroit à confirmer) (MS) 13:00-15:00 Cours de danse en ligne @ Salle communautaire
22 8:00-17:00 Marché aux puces	23 9:00-12:00 Matinées Artisanales @ salle communautaire gratuit 13:00-16:00 Art - centre communautaire 18:00-19:00 Zumba @ salle communautaire	24 13:00-16:00 Bridge 2\$ - centre communautaire 16:00-17:00 Yoga Flow @ Légion 15\$ (impromptu) (MS) 19:30-21:00 Légion-CRIB	25 13:00-15:00 Bridge @ Légion 13:30-15:00 Pétañque à tout	26 9:00-10:30 Pratique de Yoga avec Francine - centre communautaire-Gratuit	27 11:30-13:00 Dîner Communautaire 55 ans et plus 8\$ réservation 819-687-9508 (obligatoire) @ centre communautaire 18:30-21:00 Danse country avec orchestre @ Salle communautaire 19:00-22:00 Danse country - centre communautaire	28 8:00-17:00 Marché aux puces 13:00-15:00 Cours de danse en ligne @ Salle communautaire
29 8:00-17:00 Marché aux puces 13:30-16:00 Bingo @ Légion	30 9:00-12:00 Matinées Artisanales @ salle communautaire gratuit 13:00-16:00 Art - centre communautaire 18:00-19:00 Zumba @ salle communautaire	31 13:00-16:00 Bridge 2\$ - centre communautaire 16:00-17:00 Yoga Flow @ Légion 15\$ (impromptu) (MS) 19:30-21:00 Légion-CRIB	<p>Loisirsdes5m@gmail.com pour info</p> <p>Toutes les activités (MS) : Contactez Marlene Seguin au 819-687-8566 pour plus d'informations et leçon privée</p> <p>All the activities (MS) : Contact Marlene Seguin for additional information or private lessons at 819-687-8566</p>			