

Association Villages en Vie



Programme des activités



Saison
2025
2026

Avec le soutien des Communes de Noidans-le-Ferroux et Vy-le-Ferroux.

**REPRISE LE
11 SEPTEMBRE**



QI GONG avec Alain MORITZ

Jeudi à 16 h 45

Ensemble de mouvements harmonieux, associant respiration et énergie spirituelle, automassages pour détendre les muscles.

Contact : Michèle GREMAUX
03 84 78 86 62 - 07 61 04 41 92

**REPRISE LE
8 SEPTEMBRE**

GYM DOUCE ACTIVE - PILATES

Avec Ange MARTIN **Lundi à 9 h 00**

Loin des traditionnels abdos-fessiers à un rythme effréné, le Pilates raffermi le corps en douceur et en profondeur.

Contact : Josiane BARBANT
06 72 96 35 64



**Reprise le
11 SEPTEMBRE**

HATHA YOGA

Maison des Associations

Jeudi à 18 h 45

Pour vous aider à renforcer et garder un corps souple et tonique. Pour vous débarrasser du stress et de l'anxiété.

Inscriptions : Murielle BARBANT 06 30 02 19 29



MARCHE

Tous les mardis 9H30

MARCHE DOUCE

Tous les mercredis 9H30

RDV sous le marronnier

**** Randonnée organisée 1 fois par mois ****

**La première séance de toutes les activités est gratuite !
Venez essayer ...**

ATELIER TRICOTA-COUSI-CAUSA

Maison des Associations
Tous les Mercredis à 14 h.

Vous aimez tricoter, cuisiner, coudre, apprendre, partager, papoter, crocheter ... Venez passer un moment convivial autour d'un café.

Contact : Claudine PONTICELLI 06 32 81 10 75



JEUX DE CARTES
Tous les Mercredis
à 14 h 00

SENIORS

Rejoignez-nous dans la bonne humeur.

Repas, voyages, sorties.
Calendrier trimestriel pour les activités.

REPAS DE RENTRÉE LE MERCREDI 17 SEPTEMBRE À MIDI

Contacts :

Repas : Mireille VALADE : 03 84 78 84 19 ou 06 81 82 96 88

Voyages - Sorties : Josiane BARBANT 03 84 78 83 39 ou 06 72 96 35 64

Activités des Seniors

Sous une chaleur torride, le groupe devant le mur de La Boisserie à Colombey les 2 Eglises .



Pétanque obligatoire après un pique-nique réussi sur la zone de loisirs de Fresne-st-mames

Repas tête de veau au restaurant



Un beau séjour de vacances. Visite de Clermont-Ferrand et sa cathédrale gothique.



Contact

Josiane BARBANT
03 84 78 83 39 - 06 72 96 35 64
Barbant.josiane@gmail.com