



2023-2024 - salle DUMET – période scolaire

| | MATIN | APRES-MIDI | FIN D'APRES-MIDI | SOIREE |
|----------|---|---|--------------------------------------|---|
| LUNDI | 8h-11h30 Ménage (Claudie) | 14h-16h La roche aux mouettes (ateliers équilibre yoga senior) semaine paire | 17h30-18h30 Ks fitness (Osteogym) | 19h-20h La roche aux mouettes (Yoga Vinyasa) 20h30-23h Rothress comédie (théâtre) |
| MARDI | 9h-13h AVF (cuisine) | 13h15-18h Foyer Piriacais(bridge-scrabble) | | 18h30-19h15 Piriac Loisirs (Gym) 19h15-20h15 Piriac Loisirs (stretching) 20h30-23h semaines impaires La tête la première (musique) |
| MERCREDI | 8h-9h Ménage 9h-9h45 Ks Fitness (pilates) 9h50-10h35 Ks fitness (stretching) 11h-11h45 Piriac Loisirs (renforcement musculaire) 11h45-12h40 Piriac Loisirs (Pilates) | 14h-18h AVF (danse) | | 18h30-20h Ks fitness (cardio) 20h15-21h Ks fitness (pilates) |
| JEUDI | 9h45-12h45 AVF (échec) | 13h-18h Foyer Piriacais (jeux divers et aquarelle) | | 19h-20h La roche aux mouettes (yin yoga) 20h30-23h Rothress comédie (théâtre) |
| VENDREDI | 8h-11h30 Ménage (Claudie) | LOCATION | | |
| SAMEDI | LOCATION | | | |
| DIMANCHE | LOCATION | | | |

2023-2024 - salle SUROIT – période scolaire

| | MATIN | APRES-MIDI | FIN D'APRES-MIDI | SOIREE |
|----------|--|---------------------------------|-------------------------------------|---|
| LUNDI | 9h-12h Société CAMPION (ménage) | | 16h30-21h Tennis (entraînements) | 16h30-21h Tennis (entraînements) |
| MARDI | 9h-9h45 Ks fitness (renforcement musculaire) 9h50-10h35 Ks Fitness (pilate) 10h45-12h15 Foyer Piriacais (gym) | 13h30-16h15 Ecole publique | 16h30-19h30 ESM (entraînements) | 19h30-21h Tennis (loisirs) |
| MERCREDI | 8h45-10h30 Tennis (loisirs) 10h30-14h30 Tennis (entraînement) | 14h30-18h ESM (entraînement) | | 18h30-19h15 Piriac Loisirs (renforcement tonique) 19h15-20h15 Piriac Loisirs (pilates) 20h30-22h30 Tir à l'arc |
| JEUDI | 9h-13h Tennis (loisirs) | 13h30-16h15 Ecole publique | 17h00-22h15 Tir à l'arc | 17h00-22h15 Tir à l'arc |
| VENDREDI | 9h-10h30 Foyer Piriacais (gym) 10h45-13h15 Tennis (loisirs) | | 16h15-19h45 Département | 20h-22h ESM (entraînement) |
| SAMEDI | 9h-13h Tennis(entraînement) | | | 15h30-20h Tir à l'arc |
| DIMANCHE | 9h30-12h Tir à l'arc 12h-20h Tennis (compétition) | | | |



2023-2024 - salle **NOROIT** (dojo) – période scolaire

| | MATIN | APRES-MIDI | FIN D'APRES-MIDI | SOIREE |
|----------|--|-----------------------------|--|--|
| LUNDI | Ménage | | | 19h-20h Ks Fitness (Qi Gong) |
| MARDI | 9h-10h30 Piriac Loisirs (Yoga) | | | 19h-21h Aikido |
| MERCREDI | 8h-9h Ménage 9h30-10h30 Ks fitness (Osteogym) 10h45-11h45 semaine impaire La tête la première (ateliers enfants) | 14h-15h30 Piriac Loisirs | 16h-18h30 Judo | 19h-20h30 Judo |
| JEUDI | 10h-11h15 Ks fitness (yoga) | | 17h-17h45 Piriac Loisirs (éveil musculaire partir de 5 ans) | 17h45-18h45 Karaté 19h-21h Aikido |
| VENDREDI | 10h-12h Entraînement Police | | | 19h30-21h Karaté |
| SAMEDI | | | | |
| DIMANCHE | | | | |