

LES RETRAITÉS DU CENTRE COMMUNAUTAIRE LIMBOUR

PROGRAMMATION AUTOMNE 2026

LUNDI		
QI Gong	9h30-10h30	21 septembre – 7 décembre 2026
Tai Chi niveau avancé	10h30-12h00	7 septembre - 21 décembre 2026
Pétanque Atout	12h30-16h00	31 août - 14 décembre 2026
Jeux de Cribb	12h30-15h45	7 septembre - 22 décembre 2026
Yoga Kundalini	16h00-17h30	14 septembre - 23 novembre 2026 <i>Congé le 12 octobre Actions Grâces</i>

MARDI		
Vie Active	9h30-10h30	1 septembre - 8 Décembre 2026
Danse en ligne-Intermédiaire	11h00-12h00	8 septembre - 10 novembre 2026
Peinture	13h30-16h00	15 septembre - 8 décembre 2026

MERCREDI		
Whist	13h00-16h00	2 septembre - 16 décembre 2026
Jeux de poche et cartes libres	13h00-16h00	2 septembre - 16 décembre 2026

JEUDI		
Vie Active	9h30-10h30	3 septembre - 10 décembre 2026
Vie Active	11h00-12h00	3 septembre - 10 décembre 2026
Fléchettes	13h00-16h00	10 septembre - 17 décembre 2026

VENDREDI		
Yogsom	9h00-10h30	4 septembre - 11 décembre 2026 <i>Voir l'horaire : centre limbour .ca</i>
Tai Chi	10h45-12h15	4 septembre -18 décembre 2026
Danse en ligne –débutant <i>Country</i>	12h45-13h45	11 septembre - 20 novembre 2026
Danse en ligne- intermédiaire <i>Pratique</i>	14h00-15h00	11 septembre - 20 novembre 2026 Sortie Constantin à déterminer Party de Noël pour la danse seulement le 27 novembre 2026

ACTIVITÉS SPÉCIALES		
Journée bien être		Date en septembre à déterminer?
Banquet de Noël	Souper et soirée dansante	16 décembre 2026 pour tous

NB : Inscriptions requises pour les activités le 26 août 2026. Incluant l'achat de la carte de membre 10,00\$ 2026-27