



« Que 2020 soit pour tous une année de bonne santé, d'amour et d'amitié »

Le foie gras, la dinde et les chocolats ... on oublie ...

... et on ressort les chaussures de marche !!!

Programme de janvier



	Marche dynamique	le mercredi à 9h15	(voir bd-tregastel.fr)
	Danses en ligne	le lundi à 16h30	
	Atelier neuronal	le mardi de 9h30 à 10h15	

Mardi 7



Café du Port à 16h30 danse, à 18h chant



Jeudi 9 **Vœux et Galette des Rois de B&D** à 17h30
Pensez à vous inscrire avant le 6 janvier (dernier délai)

Vendredi 10



« Tour de l'Île Grande »

: Parking de l'école de voile à 14h

Mardi 14



Café du Port à 16h30 danse à 18h chant

Jeudi 16

CONFERENCE à 17h

« Les Bretons dans la construction du Métro de Paris »

Voir site bd-tregastel.fr

Conférencier **Luc Corlouer**

Vendredi 17



«Les sentiers de Ploumanach »

Rdv : Sainte Anne à 13h20 // parking de la chapelle à La Clarté 14h

Mardi 21



Café du Port à 16h30 danse à 18h chant

Jeudi 23

SENTIER DES LIVRES

Thème : Ecologie ,environnement ,dangers pour la planète

Vendredi 24



«Les bois de Pleumeur »

Rdv : Sainte Anne à 13h20 // parking de Lan ar Varen après le collège Paul Le Flem 14h

Mardi 28

Café du Port à 16h30 danse à 18h chant

Jeudi 30



Relaxation Salle Pano à 17h

Vendredi 31



«La Presqu'île d'Armorique »

Rdv : Sainte Anne à 13h20 // parking de Toul an Héry à Plestin les Grèves 14h15