



## Programme de mars



**Lundi 27 et mardi 28 février : reprise des activités habituelles**



**Marche dynamique : (voir site) Mercredi à 9h15**

**Danses en ligne : Lundi à 17h**

**Café du Port : 16h30 danse/ 18h chant les mardis 7, 14, 21, 28**

**Qi Gong les mercredis 1<sup>er</sup>, 8, 15, 22, 29**

**Attention ! le mercredi 8 séance Qi Gong Salle de judo au gymnase à 11h**



Vendredi 3



**« Autour de Ploézal »**

Rdv : Sainte Anne à 13h20 // place de l'église à Ploézal à 14h15

Jeudi 9

**Sentier des Livres**

Thème : Annie Ernaux prix Nobel de littérature 2022 (voir site)

Vendredi 10

**Sortie Journée**

**La Vallée des Saints**

« Un projet fou pour l'éternité »

Voir fiche et inscription sur le site

**TREGASTEL**  
Centre des Congrès  
11 mars 2023 à partir de 18h00

Entracte Dinatoire  
Ardoise Gourmande  
15 €  
tout compris

**Une grande première...**

**ET SI ON DANSAIT  
DJ ALEX**

**Soirée dansante Privative Balades & Découverte**

Uniquement sur réservation avant le 3 mars  
Sur le site : [bd-tregastel.fr](http://bd-tregastel.fr)  
[baladesetdecouverte@orange](mailto:baladesetdecouverte@orange) ou au 06.08.25.58.25

Vendredi 17



**« Circuit des chapelles en Lanmodez »**

Rdv : Sainte-anne 13h20//14h15 ,parking de l' église

Vendredi 24



**« Les deux rives du Léguer »**

Rdv : Sainte Anne à 13h20 // parking gare routière Lannion 13h45

Jeudi 31



**« Circuit du Dossen » à Pleumeur Bodou**

Rdv : Sainte Anne à 13h20 // parking des chardons 13h45

**Beau printemps de paix et de liberté  
Bien amicalement,  
Françoise**