



Saison 2023/2024



bd-tregastel.fr

Programme de septembre

Lundi 4 **Marche dynamique** : reprise le 13, voir site
Danse en ligne: reprise le 4, à 16h30, voir site

Jeudi 7

CONFERENCE

« **Avoir moins peur de ses peurs** »

Conférencière : **Catherine AGOSTINI-SALEMBIER**

Voir affiche sur le site



Vendredi 8



Reprise des randonnées

Marche sur Trégastel

Rdv : place Sainte Anne 13h20

Départ ? ... après les sourires des retrouvailles



Samedi 9 Forum des associations

de 14 à 18 heures Centre des Congrès

Un rendez-vous incontournable !



Mardi 12 *Le « Café du Port » rouvre ses portes au Centre des Congrès*
Danses bretonnes à 16h30 et chants de la mer et des marins à 18h

Mercredi 13

Présentation de l'atelier Qi QONG à 11h

Salle du Dojo

Vendredi 15



« Rando de Guermanchanay à Plouaret »

Rdv : Sainte Anne à 13h20 // parking aire de service camping car

Route de Loguivy Plougras à 14h à Plouaret

Mardi 19



« Café du Port » danses bretonnes à 16h30

Tous les mardis chants de la mer et des marins à 18h

Qi QONG

Tous les Mercredis

à 11h

Salle du Dojo

Jeudi 21 **MAROC, terre de lumière ! Réunion de préparation au départ**
Centre des congrès à 17h.

Vendredi 22



«De Trestel à Port Blanc»

Rdv : Sainte Anne à 13h20 // parking du centre hospitalier de Trestel à 14h

Vendredi 29



«Le tour de l'île grande »

Rdv : Sainte Anne à 13h20 // parking école de voile à 13h45

Vendredi 29 **ASSEMBLEE GENERALE**

Bien amicalement,
Françoise