

PROGRAMME Mars 2021

Tous les mardis de 14h00 à 15h00
Espace accueil sans rdv dans nos locaux,
pour toute question ou inscription



		Semaine 1	Semaine 2	Semaine 3	Semaine 4	Semaine 5
Lundi	9h00 à 16h00	1. mars 2021 Journée d'hiver avec RESPIRE Contact: 077 520 95 31	8. mars 2021 Balade dans la région de Bouleyres Contact: 077 520 95 31	15. mars 2021 Tour du Lac de Lessoc Contact: 077 520 95 31	22. mars 2021 Confection de tissus cirés en compagnie d'une apicultrice Contact: 077 520 95 31	29. mars 2021 Randonnée en compagnie de chiens polaires - Canicross Contact: 077 520 95 31
		2. mars 2021 Soirée yoga, détente et pleine conscience Contact: 077 520 95 31	9. mars 2021 Soirée créative et artistique Contact: 077 520 95 31	16. mars 2021 Soirée yoga, détente et pleine conscience Contact: 077 520 95 31	23. mars 2021 Soirée jeux à RESPIRE Contact: 077 520 95 31	30. mars 2021 Soirée cuisine à RESPIRE Contact: 077 520 95 31
Mardi	18h00 à 21h00	3. mars 2021 Balade à la découverte de Seedorf Contact: 077 520 95 31	10. mars 2021 Parcours Vita à pied ou à la course Contact: 077 520 95 31	17. mars 2021 Balade dans la région de Pierrafortscha Contact: 077 520 95 31	24. mars 2021 Balade à la découverte du Bois Cornard Contact: 077 520 95 31	31. mars 2021 Golf urbain à travers la ville de Fribourg Contact: 077 520 95 31
		4. mars 2021 Matinée jeux et plein air Contact: 077 520 95 31	11. mars 2021 Blues et musique en compagnie d'un Bluesman Contact: 077 520 95 31	18. mars 2021 Balade dans la région de Piamont Contact: 077 520 95 31	25. mars 2021 Matinée des sens avec la rayonnante Alexandra Contact: 077 520 95 31	
Mercredi	9h00 à 11h30	7. mars 2021 A la découverte de la forêt domaniale du Galm Contact: 077 520 95 31	14. mars 2021 Journée d'hiver avec RESPIRE Contact: 077 520 95 31	21. mars 2021 Randonnée en Singine Contact: 077 520 95 31	28. mars 2021 Journée de printemps avec RESPIRE Contact: 077 520 95 31	
		5. mars 2021 Balade dans la région de Seedorf Contact: 077 520 95 31	12. mars 2021 Balade dans la région de Pierrafortscha Contact: 077 520 95 31	19. mars 2021 Balade dans la région de Pierrafortscha Contact: 077 520 95 31	26. mars 2021 Balade dans la région de Pierrafortscha Contact: 077 520 95 31	
Jeudi	9h00 à 12h30	6. mars 2021 Balade dans la région de Seedorf Contact: 077 520 95 31	13. mars 2021 Balade dans la région de Pierrafortscha Contact: 077 520 95 31	20. mars 2021 Balade dans la région de Pierrafortscha Contact: 077 520 95 31	27. mars 2021 Balade dans la région de Pierrafortscha Contact: 077 520 95 31	
		7. mars 2021 A la découverte de la forêt domaniale du Galm Contact: 077 520 95 31	14. mars 2021 Journée d'hiver avec RESPIRE Contact: 077 520 95 31	21. mars 2021 Randonnée en Singine Contact: 077 520 95 31	28. mars 2021 Journée de printemps avec RESPIRE Contact: 077 520 95 31	
Vendredi	14h00 à 15h00	8. mars 2021 Balade dans la région de Bouleyres Contact: 077 520 95 31	15. mars 2021 Tour du Lac de Lessoc Contact: 077 520 95 31	22. mars 2021 Confection de tissus cirés en compagnie d'une apicultrice Contact: 077 520 95 31	29. mars 2021 Randonnée en compagnie de chiens polaires - Canicross Contact: 077 520 95 31	
		9. mars 2021 Soirée créative et artistique Contact: 077 520 95 31	16. mars 2021 Soirée yoga, détente et pleine conscience Contact: 077 520 95 31	23. mars 2021 Soirée jeux à RESPIRE Contact: 077 520 95 31	30. mars 2021 Soirée cuisine à RESPIRE Contact: 077 520 95 31	
Samedi	9h00 à 15h00	1. mars 2021 Journée d'hiver avec RESPIRE Contact: 077 520 95 31	8. mars 2021 Balade dans la région de Bouleyres Contact: 077 520 95 31	15. mars 2021 Tour du Lac de Lessoc Contact: 077 520 95 31	22. mars 2021 Confection de tissus cirés en compagnie d'une apicultrice Contact: 077 520 95 31	
		2. mars 2021 Soirée yoga, détente et pleine conscience Contact: 077 520 95 31	9. mars 2021 Soirée créative et artistique Contact: 077 520 95 31	16. mars 2021 Soirée yoga, détente et pleine conscience Contact: 077 520 95 31	23. mars 2021 Soirée jeux à RESPIRE Contact: 077 520 95 31	30. mars 2021 Soirée cuisine à RESPIRE Contact: 077 520 95 31
Dimanche	9h00 à 15h00	3. mars 2021 Balade à la découverte de Seedorf Contact: 077 520 95 31	10. mars 2021 Parcours Vita à pied ou à la course Contact: 077 520 95 31	17. mars 2021 Balade dans la région de Pierrafortscha Contact: 077 520 95 31	24. mars 2021 Balade à la découverte du Bois Cornard Contact: 077 520 95 31	
		4. mars 2021 Matinée jeux et plein air Contact: 077 520 95 31	11. mars 2021 Blues et musique en compagnie d'un Bluesman Contact: 077 520 95 31	18. mars 2021 Balade dans la région de Piamont Contact: 077 520 95 31	25. mars 2021 Matinée des sens avec la rayonnante Alexandra Contact: 077 520 95 31	
5. mars 2021 Balade dans la région de Seedorf Contact: 077 520 95 31	12. mars 2021 Balade dans la région de Pierrafortscha Contact: 077 520 95 31	19. mars 2021 Balade dans la région de Pierrafortscha Contact: 077 520 95 31	26. mars 2021 Balade dans la région de Pierrafortscha Contact: 077 520 95 31			

Rendez-vous dans nos locaux : Route des Arsenaux 24, 1700 Fribourg.

Les activités ne sont jamais annulées en cas de météo défavorable mais remplacées par une activité en intérieur.

Toutes les activités proposées sont encadrées et adaptées à l'initiation ainsi qu'à un niveau plus avancé.

Les règles d'hygiène et de distanciation sociale sont respectées.