

# PROGRAMME Avril 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		<b>5. avril 2021</b> Lundi de Pâques avec RESPIRE Contact: 077 520 95 31	<b>12. avril 2021</b> Balade dans la région d'Illens Contact: 077 520 95 31	<b>19. avril 2021</b> Journée découverte d'un centre équestre Contact: 077 520 95 31	<b>26. avril 2021</b> Visite de la ferme de Prâ-Melê à Epagny Contact: 077 520 95 31
Mardi	18h00 à 21h00		<b>6. avril 2021</b> Soirée yoga, détente et pleine conscience Contact: 077 520 95 31	<b>13. avril 2021</b> Soirée culinaire italienne Contact: 077 520 95 31	<b>20. avril 2021</b> Soirée yoga, détente et pleine conscience Contact: 077 520 95 31	<b>27. avril 2021</b> Soirée créative et artistique Contact: 077 520 95 31
Mercredi	9h00 à 11h30		<b>7. avril 2021</b> Balade matinale en bord de rivière Contact: 077 520 95 31	<b>14. avril 2021</b> Matinée détente et pleine conscience Contact: 077 520 95 31	<b>21. avril 2021</b> Parcours Vita à pied ou à la course Contact: 077 520 95 31	<b>28. avril 2021</b> Sortie découverte de la Glâne Contact: 077 520 95 31
Jeudi	9h00 à 12h30	<b>1. avril 2021</b> Découverte de la forêt des Noutes Contact: 077 520 95 31	<b>8. avril 2021</b> Golf urbain à travers la ville de Fribourg Contact: 077 520 95 31	<b>15. avril 2021</b> Initiation à la pétanque Contact: 077 520 95 31	<b>22. avril 2021</b> Balade dans la région du Mouret Contact: 077 520 95 31	<b>29. avril 2021</b> Matinée des sens avec la rayonnante Alexandra Contact: 077 520 95 31
Dimanche	9h00 à 15h00	<b>4. avril 2021</b> Sortie dans les Préalpes Contact: 077 520 95 31	<b>11. avril 2021</b> Sortie printanière avec RESPIRE Contact: 077 520 95 31	<b>18. avril 2021</b> Journée nature dans la région d'Yvonand Contact: 077 520 95 31	<b>25. avril 2021</b> Sortie en Veveyse, à la découverte du sentier "A tire d'ailes" au Bois de Ban 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.