

PROGRAMME Août 2022

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	<p>RESPIRE est en vacances</p>	08 août 2022 Paddle sur le lac de la Gruyère Contact: 077 520 95 31	15 août 2022 Randonnée au Gantrisch Contact: 077 520 95 31	22 août 2022 Initiation à la pétanque et grillades Contact: 077 520 95 31	<p>Séjour au Chalet RESPIRE Du vendredi 26 août au dimanche 28 août 3 jours et 2 nuits dans notre magnifique chalet Contact: 077 520 95 31</p>
Mardi	18h00 à 21h00		09 août 2022 Initiation au yoga pour tous Contact: 077 520 95 31	16 août 2022 Yoga du rire, apaisement et baisse des douleurs physiques et psychiques Contact: 077 520 95 31	23 août 2022 Soirée musique au chalet Contact: 077 520 95 31	
Mercredi	9h00 à 11h30		10 août 2022 Ensemble, jeux et bien-être, trouver sa place Contact: 077 520 95 31	17 août 2022 Parcours vita pour tous niveaux, renouer sans pression avec le sport Contact: 077 520 95 31	mercredi 24 août 2022 Assemblée générale à 18h dans les locaux de RESPIRE inscription obligatoire par mail à info@respirefribourg.ch jusqu'au 14 août Contact: 077 520 95 31	
Jeudi	9h00 à 12h30		11 août 2022 Création artistique Contact: 077 520 95 31	18 août 2022 Matinée au bord de l'eau et lâcher prise Contact: 077 520 95 31	Séjour au Chalet 3 jours et 2 nuits dans notre magnifique chalet Du 26 au 28 août 2022	
Dimanche	9h00 à 15h00		Notre accueil du mardi 2 août 2022 sera fermé	14 août 2022 Journée au chalet jardinage et rivière Contact: 077 520 95 31	21 août 2022 Ensemble à la ferme en compagnie des animaux 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.