

	L'EVEIL - 021 311 11 24 H=Haldimand / M=Maupas / B=Beaulieu / P=Picard info@aeveil.ch / www.aeveil.ch		SPORT'OUVERTE - Pierre Battut (079 217 36 42) Accueil et infos sur rdv par SMS ou Whatsapp	LE LEVANT 021 721 41 11 www.levant.ch	L'ESPACE 079 615 21 21	LES LIONNES 079 759 95 85 - 079 510 25 51 Av. 1er-Mai 13, Renens Prestations pour FEMMES
LUNDI	10h00-12h00 Permaculture 1-Les terrains 10h00-12h00 Gym douce-M 10h00-12h00 At. Jeunes-Être&devenir-H 13h00-15h00 Yoga-Intro. au souffle-H 13h00-15h00 Station philo H18-B 13h00-15h00 AT En chemin-H	13h00-16h00 Permaculture 2-Les terrains 15h30-17h30 Danse contemporaine 1-M	10h00-12h30 Fitness à SPort'ouverte (Part. 2 fr.) 14h30-16h00 Badminton (Part. 2 fr.) Badminton Club Lausanne-Malley		14h00-17h00 Accueil, aide administrative	
MARDI	09h00-16h00 At. du sauvage-Les terrains 10h00-12h00 Arts, inspiration, etc.-H 10h00-12h00 Dév.personnel:Bulle ludique-H 10h00-17h00 L'at. ouvert:Itinéraires bis-H18-B 13h00-14h30 Hypnose-P	13h00-15h00 Explorations artist. 1-H 13h00-15h00 Yoga tout en douceur-H 15h30-17h30 Explorations artist. 2-H 15h30-17h30 Yoga-Sens de la vie-H	09h30-16h30 Sortie "Nature et Découverte" RDV à SPort'ouverte (Part. 2 fr. yc pic-nic) 6 & 20 octobre : Découverte de la région en marchant 13 & 27 octobre : Se dépenser lors d'une marche rythmée Inscriptions : Luna 076 758 74 44 / Grégoire 077 441 61 21	Atelier fermé	14h-17h : Accueil, animation (jeux de soc.) aide administrative 15h-16h30 : Atelier de français	12h30-16h30 Accueil de jour 13h30-16h00 Permanence sociale "Vaud pour Vous"
MERCREDI	10h00-12h00 Méditation-H 10h00-12h00 Café philo-H18-B 10h00-12h00 Gym douce 2-M 10h00-12h00 AT Identité-Nouveaux médias-H 13h00-15h00 Relaxation 1-M 13h00-15h00 Ecriture 1-H18-B 13h00-15h00 Impulsions créatives-H18-B 13h00-15h00 AT Identité-Nouveaux médias 2-H	15h30-17h30 Ecriture 2-H18-B 15h30-17h30 Relaxation 2-M	10h30-11h30 Yoga à SPort'ouverte (Part. 2 fr.) Inscriptions : Pierre 079 217 36 42 ou Grégoire 077 441 61 21 14h00-16h30 Gym douce / Cardio-training / Renforcement musculaire à SPort'ouverte (Part. 2 fr.) Tous les mercredis de 15h15 à 16h15 : Cours collectif animé par Caroline	Atelier fermé	14h00-17h00 Accueil, aide administrative	12h30-16h30 Accueil de jour 14h00-16h00 Présence infirmière Ateliers créatifs et/ou manuels selon météo et/ou envie (jardin, cuisine, perles, couture, ...) ou boire un café et découvrir la friperie
JEUDI	10h00-12h00 Intrigues artistiques 1-H18-B 10h00-12h00 Yoga Harmonie-M 10h00-12h00 Ecriture 3-H 10h00-12h00 AT "Silence! elles créent"-H 13h00-15h00 Intrigues artistiques 2-H18-B 13h00-15h00 Gainage en conscience-M 13h00-15h00 AT Debout-H	13h00-16h00 Surcycle-H18-B 15h30-17h30 Qi Gong et relaxation-M	Voir programme ci-dessous	Atelier fermé		12h30-16h30 Accueil de jour
VENDREDI	09h30-11h30 Equilibre Yang-H18-B 10h00-12h00 AT Corps & Matières-H 10h00-12h00 Expériences créatives-H	13h00-15h00 AT Lien-H 13h00-15h00 Danse contemporaine 2-M	Voir programme ci-dessous		14h00-17h00 Accueil, aide administrative	

Le programme de SPo peut être modifié à tout moment. Merci de consulter le site internet www.sportouverte.ch. Inscription obligatoire pour toutes les activités.

Le prix des activités inclut le repas/la collation, le matériel ou l'hébergement.

Pas de nouvelles inscriptions avant mi-octobre. Pour toute nouvelle demande d'accueil, merci de recontacter Pierre au 079 217 36 42 à partir du 19 octobre 2026.

Jeudi 8 octobre Sortie randonnée (10 fr., pique-nique inclus). Infos et inscriptions, contactez Luna (076 758 74 44)

Jeudi 29 octobre Sortie vélo (10 fr., pique-nique inclus). Infos et inscriptions, contactez Grégoire (077 441 61 21)