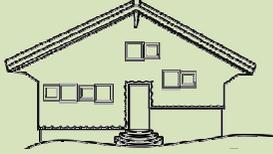
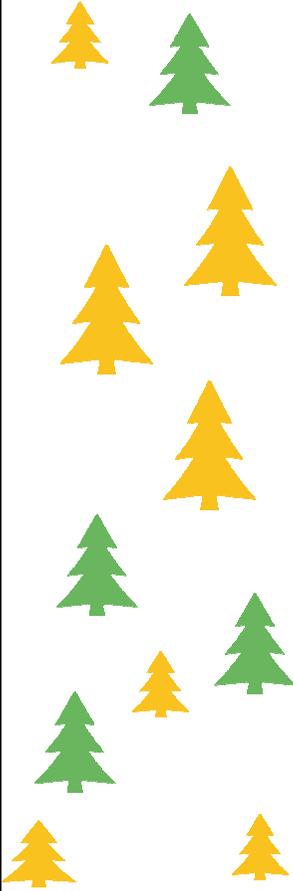


Les mardis 2, 9 et 23 avril de 14h00 à 15h00  
Espace accueil sans rdv dans nos locaux,  
pour toute question ou inscription

## PROGRAMME avril 2024

		Semaine 1	Semaine 2	Semaine 3	Semaine 4	Semaine 5
Lundi	9h00 à 15h00		<b>08 avril 2024</b> Balade découverte à Estavayer-le-lac et ses villages lacustres <b>Contact:</b> 077 520 95 31		<b>22 avril 2024</b> Découverte du château d'Illens et ses bords de rivière sauvage <b>Contact:</b> 077 520 95 31	
Mardi	18h00 à 20h30	<b>02 avril 2024</b> Soirée cuisinons ensemble <b>Contact:</b> 077 520 95 31	<b>09 avril 2024</b> Soirée jeux, théâtre et rires <b>Contact:</b> 077 520 95 31		<b>23 avril 2024</b> Activité Landart en nature <b>Contact:</b> 077 520 95 31	
Mercredi	14h00 à 16h30	<b>03 avril 2024</b> Après-midi en forêt. exercices adaptés à tous <b>Contact:</b> 077 520 95 31	 <b>Séjour au chalet RESPIRE</b> <b>Du 12 avril au 14 avril</b> Renseignements et inscriptions au 077 520 95 31	<b>17 avril 2024</b> Se faire du bien physiquement et moralement au parcours vita <b>Contact:</b> 077 520 95 31	 <b>JOYEUSES PAQUES A TOUTES ET A TOUS</b> 	
Jeudi	9h00 à 15h00	<b>04 avril 2024</b> Journée yoga, apprendre à se détendre et lâcher prise <b>Contact:</b> 077 520 95 31		<b>18 avril 2024</b> Marche au Cousimbert et sa vue magique <b>Contact:</b> 077 520 95 31		
Dimanche	10h00 à 15h00	<b>07 avril 2024</b> Balade jusqu'à Räsch et ses bords de lac de Schiffenen <b>Contact:</b> 077 520 95 31		<b>21 avril 2024</b> Balade autour de Lessoc en Gruyère <b>Contact:</b> 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.