



la
marguerite

Nouvelle
Aquitaine

2024
2025

ACTIVITÉ PHYSIQUE

Aquagym

Marche

Ateliers

Septembre
décembre
2024

ARTS PLASTIQUES

BIEN-ÊTRE

Yoga

sophro

NUTRITION-CUISINE

SPORT SANTÉ

ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE

APA Saint-Yrieix-La-Perche
Les lundis **9h45-10h45**

APA Magnac-Laval salle M. Lajoux
Les mardis **14h00-15h00**

APA Limoges salle ALAIR-AVD
Les mercredis **11h00-12h00**

APA Ambazac
Les jeudis **9h15-10h15**

APA Saint-Yrieix-La-Perche
Les jeudis **9h30-10h30**

SEPT.

OCT.

NOV.

DEC.

LUN	2.9.16 23.30	7.14 21.28	4 18.25	2.9 16.23
MAR	3.10 17.24	1.8.15 22.29	5.12 19.26	3 10.17
MER	4.11 18.25	2.9.16 23.30	6.13 20.27	4 11.18
JEU	5.12 19.26	3.10.17 24.31	7.14 21.28	5 12.19
JEU	5.12 19.26	3.10.17 24.31	7.14 21.28	5 12.19

AQUAGYM

Piscine Hôp. de jour Baudin
Les lundis **18h00-19h00**

Piscine de Saint-Junien
Les mercredis **11h00-12h00**

Piscine de Saint-Yriex
En attente

LUN	9.16 23.30	7.14 21.28	4 18.25	2.9 16.23
MER	4.11 18.25	2.9.16 23.30	6.13 20.27	4 11.18

ARTS PLASTIQUES

Modelage terre à la Marguerite
Les mercredis **10h30-12h00**

MER	11.25	9.23	6.20	4.18
-----	-------	------	------	------

NUTRITION SANTÉ

Atelier cuisine à Baudin
Les mardis **14h30-16h30**

MAR	17	15	19	10
-----	----	----	----	----

BIEN-ÊTRE SANTÉ

SEPT.

OCT.

NOV.

DEC.

Qi GONG

Salle ALAIR-AVD Limoges

Les lundis **14h30-15h30**

LUN	16.30	14.28	4.25	9.23
-----	-------	-------	------	------

SOCIO-ESTHETIQUE

Maison des Seniors Limoges

Les lundis ou mardis **13h30-15h30**

LUN MAR	2	15	26	10
------------	---	----	----	----

SOPHROLOGIE

Sophrologie épicerie sociale St-Junien

Les lundis **14h30-16h00**

Les mardis **10h30-12h00**

Séances réservées aux habitants de la Com. de communes Porte Océane du Limousin.

LUN	9	14	/	9
MAR	17	29	12.19	17

Sophrologie à la Marguerite

Les mardis **17h00-18h00**

Les mercredis **17h00-18h00**

MAR	/	22	/	/
MER	4.18	2	6.20	4.18

MARCHE-RANDO

Marche d'environ 4 km dans limoges et ses alentours

Les lundis **17h00-18h00**

Les mardis **17h00-18h00**

Les mercredis **17h00-18h00**

LUN	23	/	/	/
MAR	/	/	12	/
MER	11	16.30	27	11

YOGA

Salle ALAIR-AVD Limoges

Les mardis **18h00-19h00**

MAR	10.24	8.22	5.19	3.17
-----	-------	------	------	------

**Accompagnement
individuel**

Bénéficiez SUR RENDEZ-VOUS d'un suivi individuel santé (Médical, Diététique, Sophrologie)

- Tous nos ateliers et entretiens sont animés par des professionnels du soin et de la santé
renseignements <https://lamargueriteasso.fr>

Nos lieux d'activités

ALAIR-AVD

148, rue Gué Verthamont
87000 Limoges

La Marguerite

95, rue Abbé Pierre
87100 Landouge

Hôpital de jour Baudin

14, rue André Messager
87000 Limoges

Maison des Seniors

12, rue des Petites Maisons
87000 LIMOGES

Piscine Aïga-Bluïa

Rue Léo Lagrange
87200 Saint-Junien

Épicerie sociale et solidaire

5, rue Elysée Reclus
87200 SAINT-JUNIEN

Espace Ferraud

Avenue du Docteur Lemoyne
87500 St-Yrieix-La-Perche

Espace Mont-Gerbassou Salle Lully

1, rue Anna Beillot
87240 Ambazac

Salle Maurice Lajoux
11, place de la République
87190 Magnac-Laval

Nos tarifs

ADHÉSION* : 35€/an

+3 forfaits activités au choix :

** les adhérent(e)s d'associations partenaires sont exonéré(e)s de la cotisation annuelle*

60€
/4 mois

Forfait MULTI-ACTIVITÉ

au choix

2 ACTIVITÉS OU PLUS

APA / AQUAGYM / NUTRITION /
ARTS / BIEN-ÊTRE

40€
/4 mois

Forfait SPORT-SANTÉ

au choix

1 ACTIVITÉ SPORTIVE

APA OU AQUAGYM

Aquagym Saint-Junien gratuit

30€
/4 mois

Forfait BIEN-ÊTRE

au choix

1 ACTIVITÉ BIEN-ÊTRE

NUTRITION / ARTS / BIEN-ÊTRE

Hors ateliers sport-santé

Conditions : paiement à l'inscription et engagement sur la période

Renseignements et inscription :

Centre associatif la Marguerite Nouvelle Aquitaine

95, rue Abbé Pierre 87100 LANDOUGE / Tél : 05 55 01 35 94

email : contact@lamargueriteasso.fr / <https://lamargueriteasso.fr>

Nos financeurs

